"Cuốn sách đứng đầu danh sách bán chạy nhất tại Anh, Mỹ và Canada với 3 triệu bản"

#1 NATIONAL BESTSELLER #1 INTERNATIONAL BESTSELLER

12 QUY LUẬT CUỘC ĐỜI

Thần dược cho cuộc sống hiện đại

12 RULES FOR LIFE

Jordan B. Peterson

"Một trong những nhà tư tưởng xuất chúng nhất từng xuất hiện trên vũ đài thế giới suốt nhiều năm qua."
- The Spectator

Bùi Cẩm Tú *dịch* | Vũ Thái Hà *hiệu đính*

SAIGONBOOKS NHÀ XUẤT BẢN THẾ GIỚI

12 Quy Luật Cuộc Đời:
Thần Dược Cho Cuộc Sống Hiện Đại

–★–

Tác giả: Jordan B. Peterson
Dịch giả: Bùi Cẩm Tú
Hiệu đính: Vũ Thái Hà
Phát hành: Saigon Books
Nhà xuất bản Thế Giới 02/2020

ebook©vctvegroup

"THẦN DƯỢC" NÀO CHO CUỘC SỐNG CỦA CHÚNG TA?

Nếu được hỏi chính mình một câu thật thẳng thắn thì chắc chắn chúng ta sẽ muốn bắt đầu bằng câu hỏi này: "Tại sao cuộc sống lại xấu xa, nặng nề và mệt mỏi đến thế?"

Chẳng phải là mọi lúc, mọi nơi, nhưng đấy là câu hỏi vẫn đeo đẳng mỗi chúng ta; có lúc nó như động cơ thôi thúc chúng ta sống, sống để tìm ra câu trả lời cuối cùng; có lúc nó như hòn đá tảng cản đường, như muốn lấy nốt đi của chúng ta chút ý chí cuối cùng, khiến chúng ta muốn hủy hoại cuộc sống của mình. Cứ thế cho đến tận cùng. *"Mọi người đều hành động như thể nỗi đau của họ là có thật - để rồi sau cùng nó là thật. Nỗi đau quan trọng hơn cả những vấn đề vật chất."*

Có cách nào không, để mỗi chúng ta tìm thấy được ý nghĩa của cuộc sống và vượt qua được những xấu xa, nặng nề và mệt mỏi của nó mà sống một cuộc đời an vui? Rất nhiều người đi tìm câu trả lời, tìm trong triết học, tìm trong khoa học, tìm trong văn chương và nghệ thuật; và cho dù đã có rất nhiều câu trả lời được công bố bằng cách này hay cách khác, thì dường như điểm chung của chúng đều nằm ở kết luận rằng: Chúng ta mệt mỏi với cuộc sống là vì đã sống sai ở đâu đó; để tốt đẹp và thoải mái hơn, hãy biết tuân theo các quy luật!

Thế là các quy luật cứ lần lượt ra đời, khiến người ta tò mò lúc đầu, hứng thú lúc sau và nhiều khi thất vọng lúc cuối cùng. Nhưng, cho dù có chút băn khoăn hay e dè chăng nữa thì cũng chưa thấy có ai thờ ơ hay chối bỏ các quy luật bao giờ; chúng có sức hấp dẫn riêng, bởi chí ít chúng cũng

giúp chúng ta yên lòng.

Và lần này cũng vậy, quyển sách **12 Quy luật cuộc đời** của Jordan B. Peterson đem đến cho người đọc 12 nguyên lý mà tác giả cho là phép màu giữa cuộc sống đầy hỗn độn hiện nay; quyển sách nhanh chóng được đón nhận và được đánh giá rất cao.

"*Hãy tìm nguồn cảm hứng để trở thành con tôm hùm chiến thắng, với trí tuệ thực tiễn đã đúc kết qua 350 triệu năm. Và hãy đứng thẳng thật hiên ngang*." Ngay ở quy luật đầu tiên, tác giả đã làm người đọc sửng sốt: Thế ra một sinh vật được xem là cấp thấp mà đã biết khẳng định bản thân mình để tìm chiến thắng, từ hàng triệu năm vẫn thế, thì cớ gì mà con người không làm được!

Việc hiểu được thế giới đã từng như thế nào, hiện nay đang ra sao và ngày mai có thay đổi gì hoàn toàn không phải là mục đích, mà chỉ là phương tiện; mục đích là biết phải ứng xử thế nào trước thế giới ấy. Các quy luật của Jordan Peterson sẽ dẫn dắt bạn đi trên con đường tìm ra các lựa chọn ứng xử phù hợp nhất.

Chúng ta muốn làm bạn với ai? Hẳn nhiên phải là những người lành mạnh và tốt đẹp. Nhưng đấy lại không phải là chuyện dễ dàng. "*Một người tốt lành và lành mạnh là hình mẫu lý tưởng. Nó đòi hỏi bạn phải có sức mạnh và lòng can đảm để đứng gần bên một người như thế*."

Thất vọng về bản thân vì thua kém người khác ư? "*Sự nghiệp của bạn chán ngắt và vô nghĩa, kỹ năng làm việc nhà thuộc hàng thứ cấp, khẩu vị thì tệ kinh khủng, còn cơ thể thì béo hơn bạn bè đông trang lứa; và chẳng ai thèm đoái hoài đến những buổi tiệc của bạn. Ai thèm quan tâm bạn có phải thủ tướng Canada hay không, khi một người khác đã thành tổng*

thống Mỹ?"

Chẳng hề hấn gì! "*Nếu bạn không thành công ở cách này, bạn có thể thử cách khác. Bạn có thể chọn ra thứ gì đó phù hợp hơn với tổ hợp các thế mạnh, điểm yếu và hoàn cảnh có một không hai của mình. Không những thế, nếu việc thay đổi trò chơi không hữu hiệu, bạn có thể sáng chế ra một trò khác.*"

Và còn nữa. "*Một đứa trẻ biết chú ý, thay vì lơ ngơ, có thể chơi đùa mà không than khóc, hài hước mà không làm phiền, cũng như rất đáng tin cậy - đứa trẻ đó sẽ luôn có bạn bè ở bất cứ nơi nào chúng đến. Các thầy cô của nó đó cũng sẽ yêu thích nó như cha mẹ vậy. Nếu nó tỏ ra lễ phép với người lớn, nó sẽ được họ săn sóc, cười đùa và vui vẻ chỉ bảo nó. Nó sẽ vươn mình từ một thế giới rất dễ trở nên lạnh nhạt, hiềm khích và thù địch.*" Nếu bạn nuôi con mình với tâm thế đó thì bạn hoàn toàn có quyền hy vọng vào tương lai của đứa trẻ, và vào tương lai của chính bạn.

Hãy giữ cho căn nhà của mình ngăn nắp trước khi chỉ trích cả thế giới, và nên theo đuổi những gì có ý nghĩa chứ đừng nên theo đuổi lợi lạc. "*Những thứ vị lợi chỉ có hiệu nghiệm trong khoảnh khắc. Nó nhất thời, bốc đồng và hạn chế. Trái lại, những điều có ý nghĩa là sự sắp xếp những thứ vị lợi đơn thuần vào bản giao hưởng của Hữu thể. Ý nghĩa là những lực thúc đẩy mạnh mẽ hơn cả lời ca được thể hiện trong "Khúc hoan ca" của Beethoven… khi mọi nhạc cụ đều chơi tròn vai, khi những giọng ca quy củ xếp trên tất cả những thứ ấy, và trải rộng đến toàn bộ hơi thở xúc cảm của con người, từ sự tuyệt vọng đến niềm hân hoan.*"

Uyên bác trong từng câu viết, Jordan Peterson mời người đọc du hành trên trang sách, xuyên qua các câu chuyện của Kinh Thánh, chìm vào các

tư tưởng triết học và dạo quanh các chi tiết của văn chương, để cùng truy vấn và tìm câu trả lời cho câu hỏi: Mỗi con người nên ứng xử như thế nào trước cuộc đời?

"*… Rằng sự tự nguyện gánh vác trách nhiệm cũng giống hệt như quyết định sống một cuộc đời ý nghĩa. Nếu mỗi người chúng ta sống đúng đắn, thì chúng ta sẽ lớn mạnh cùng nhau*."

"*Không có gì chắc chắn và bất biến. Thậm chí, Mặt trời cũng có những chu kỳ bất ổn của nó. Tương tự, không có gì tùy biến đến mức không thể cố định lại được. Mỗi cuộc cách mạng lại tạo ra một trật tự mới. Mỗi cái chết đồng thời cũng là một sự biến đổi*."

"*Hãy hỏi, rồi bạn sẽ nhận được. Hãy gõ, rồi cửa sẽ mở. Nếu bạn hỏi như thể bạn muốn biết, và gõ cửa như thể bạn muốn bước vào, thì bạn có thể sẽ nhận được cơ hội để cải thiện cuộc đời mình từng chút một*."

"Thần dược" cho cuộc sống không phải là thứ chúng ta có thể mua được hay tìm được ở bên ngoài, mà là kết quả của một quá trình tự vấn có mục đích, có phương pháp, và hơn hết nó phải chuyển chở ý chí lãng mạn ở mức độ cao nhất: Sự lãng mạn cần thiết để vươn tới một cuộc sống đầy đủ trách nhiệm và có ý nghĩa, là sứ mệnh của sự tồn tại của chúng ta trên cõi đời này.

Vũ Thái Hà, MBA

Giám đốc Công ty Tư vấn & Đào tạo INNMA

Trích lời tựa của NORMAN DOIDGE

QUY LUẬT? KHÔNG PHẢI MỘT MÀ NHIỀU QUY LUẬT HƠN NỮA? CÓ CẦN PHẢI THẾ KHÔNG? Lẽ nào cuộc sống vẫn chưa đủ phức tạp, chưa đủ gò bó, ngay cả khi thiếu vắng những quy luật phi thực tế vốn chẳng thèm đếm xỉa đến hoàn cảnh cá nhân đặc thù của chúng ta hay sao? Và nếu cho rằng bộ não chúng ta dễ định hình và phát triển toàn diện theo những hướng khác nhau dựa trên kinh nghiệm sống, thì tại sao ta lại mong đợi vài quy luật hay ho nào đó có thể sẽ hữu ích cho tất cả?

Con người không kêu gào đòi hỏi các quy luật. Ngay cả trong Kinh Thánh… khi Moses xuống núi sau một khoảng thời gian dài biệt tăm, mang theo những phiến đá khắc Mười Điều răn của Chúa, ông đã thấy Con dân Israel vẫn đang tiệc tùng ồn ào. Họ từng là nô lệ của Pha-ra-ông xứ Ai Cập và phải cam chịu những luật lệ bạo ngược suốt 400 năm. Sau đó, Moses lại dẫn họ đến vùng sa mạc hoang vu khắc nghiệt trong 40 năm nữa, để gột sạch họ khỏi xiềng xích nô lệ. Để rồi giờ đây, khi rốt cuộc có được tự do, họ lại buông thả, mất hết kiểm soát rồ dại nhảy nhót quanh một tượng thần - con bê bằng vàng - biểu trưng cho lối sống tha hóa vì vật chất.

"Ta có vài tin tốt… và cũng có vài tin xấu" - Đấng Lập pháp hét to - "Các người muốn nghe tin nào trước?"

"Tin tốt!", những kẻ chìm trong khoái lạc trả lời.

"Đức Chúa đã giảm từ 15 điều răn xuống chỉ còn mười cho chúng ta!"

"Tạ ơn Chúa!" đám đông ương ngạnh hò hét vui mừng. "Còn tin xấu

thì sao?"

"Tội ngoại tình vẫn còn trong danh sách này."

Vậy nên vẫn có quy luật - nhưng xin đừng quá nhiều. Chúng ta luôn phân vân về các quy luật, ngay cả khi biết rằng nó tốt cho chúng ta. Nếu chúng ta có những tâm hồn khoáng đạt, nếu chúng ta có cá tính, thì quy luật dường như là sự hạn chế, là chế giễu đối với ý thức chủ thể cũng như với lòng kiêu hãnh được hoàn thiện cuộc sống của chính mình. Vì sao chúng ta nên chịu phán xét bởi quy luật của kẻ khác?

Và rồi chúng ta bị phán xét. Xét cho cùng, Thượng Đế không trao cho Moses "Mười gợi ý" mà là "Mười điều răn"; và nếu ta là một chủ thể tự do, thì phản ứng đầu tiên của ta với một mệnh lệnh chỉ có thể là "không một ai, kể cả Thượng Đế, có thể bảo ban ta phải làm gì", dù điều đó có tốt cho ta đi chăng nữa. Song, câu chuyện về con bê vàng cũng nhắc nhở chúng ta rằng nếu không có luật lệ, chúng ta sẽ nhanh chóng trở thành nô lệ cho chính những si mê của bản thân mình - và không gì giải thoát ta khỏi điều đó.

Song, câu chuyện còn gửi gắm nhiều điều hơn thế, rằng: Nếu không có sự quản thúc và cứ để mặc bản thân nương theo những phán xét ngây ngô, chúng ta sẽ sớm nhắm đến những mục tiêu tầm thường và tôn sùng những phẩm chất thua kém mình - trong trường hợp này, một con vật do con người tạo nên đã gợi ra những bản năng thú vật trong chúng ta theo cách hoàn toàn vô lối. Câu chuyện Do Thái cổ giúp chúng ta hiểu rõ người xưa cảm thấy thế nào về những viễn cảnh đối với hành vi văn minh khi thiếu đi các quy luật, vốn nhằm nâng tầm quan điểm và nâng cao những chuẩn mực của chúng ta.

Một điểm tài tình của câu chuyện này trong Kinh Thánh là nó không

chỉ đơn giản liệt kê các quy luật, như cách các luật sư, nhà lập pháp hay các nhà quản lý sẽ làm; mà nó lồng ghép chúng trong một câu chuyện đầy kịch tính, minh họa vì sao chúng ta cần đến chúng, từ đó khiến chúng dễ hiểu hơn. Tương tự, trong cuốn sách này, Giáo sư Peterson không chỉ đề xuất 12 quy luật, mà anh còn kể những câu chuyện hàm chứa vốn kiến thức của anh trên nhiều lĩnh vực. Nhờ đó, anh sẽ minh họa và giải thích tại sao các quy luật tốt nhất tuyệt đối không hạn chế ta, mà thay vào đó sẽ thúc đẩy các mục tiêu của chúng ta, cũng như mang đến một cuộc sống tự do hơn, trọn vẹn hơn.

Lần đầu tiên tôi gặp Jordan Peterson là vào ngày 12 tháng Chín năm 2004, tại nhà hai người bạn chung khác của chúng tôi, nhà sản xuất truyền hình Wodek Szemberg và bác sĩ nội khoa Estera Bekier. Hôm ấy là tiệc sinh nhật của Wodek. Wodek và Estera là dân Ba Lan, lớn lên trong xã hội Xô-viết thời đó, nơi mà có nhiều chủ đề bị hạn chế đàm luận.

Nhưng giờ thì hai ông bà chủ nhà được tận hưởng những cuộc trò chuyện chân thành, cởi mở thông qua những bữa tiệc tao nhã, hết mình trong niềm hân hoan được phát ngôn những gì mình thực sự nghĩ cũng như nghe người khác nói những lời tương tự, theo cách cho đi và nhận lại mà không hề bị cấm đoán. Tại đây, quy luật chính là "Nghĩ gì nói nấy". Nếu câu chuyện chuyển sang chủ đề chính trị, những người có quan niệm chính trị khác biệt sẽ trao đổi cùng nhau - đúng hơn là háo hức chia sẻ - theo một phong thái mà giờ đây ngày càng hiếm hoi. Đôi lúc, ý kiến của Wodek hay một sự thật nào đó bùng nổ trong anh cùng với tiếng cười vang. Sau đó, anh sẽ ôm chầm lấy chính người vừa làm anh bật cười, hoặc khơi gợi anh nói ra suy nghĩ có sức mãnh liệt hơn dự kiến. Đây là phần hay nhất của bữa tiệc và tính cách thẳng thắn cùng vòng tay ấm áp của anh khiến cho sự

khơi gợi ấy thật xứng đáng. Trong khi đó, giọng của Estera lướt nhẹ khắp căn phòng, cực kỳ rõ ràng thẳng đến thính giả mà cô nhắm trước. Những lần sự thật được phơi bày ra cũng không khiến cho bầu không khí giữa các bằng hữu kém cởi mở hơn chút nào - mà còn làm bùng nổ nhiều sự thật hơn! Chúng khai phóng mọi người, tạo thêm nhiều tiếng cười và khiến bầu không khí dễ chịu hơn. Vì đối với người dân Đông Âu như vợ chồng Szemberg-Bekier, họ luôn biết mình đang nói chuyện gì và nói với ai, rồi sự thẳng thắn ấy càng thêm tỏa sáng. Tiểu thuyết gia Honoré de Balzac từng mô tả các buổi tiệc tùng và khiêu vũ bằng tiếng Pháp, cũng là tiếng mẹ đẻ của ông, khi chứng kiến một bữa tiệc nhưng thực chất là hai. Trong vài giờ đồng hồ đầu tiên, đám đông tràn ngập những kẻ nhạt nhẽo ưỡn ẹo làm dáng và những kẻ cốt chỉ đến để gặp một người đặc biệt nào đó, người mà có thể khẳng định vẻ đẹp và địa vị của họ. Tiếp theo, chỉ đến những giờ phút cuối cùng, sau khi phần lớn khách khứa đã về hết thì bữa tiệc thứ hai và cũng là bữa tiệc thực sự mới bắt đầu. Lúc này, từng người có mặt mới cùng chia sẻ những câu chuyện với nhau và bầu không khí ngột ngạt được thay thế bằng tiếng cười cởi mở. Nhưng tại những bữa tiệc của Estera và Wodek, kiểu thân mật và cởi mở rạng rỡ như hừng đông ấy lại bắt đầu ngay từ giây phút chúng tôi đặt chân vào phòng.

Wodek là một thợ săn với mái tóc bờm sư tử màu bạc, luôn quan sát cẩn trọng những trí thức tiềm năng trong đại chúng, là người biết cách nhìn ra được những ai thực sự có khả năng phát biểu trước ống kính truyền hình và ai trông chân thành vì con người họ đúng là như vậy (máy quay sẽ bắt chụp những khoảnh khắc đó). Ông ấy thường mời những người như thế đến những buổi họp mặt này. Hôm ấy, Wodek đã mời một giáo sư tâm lý học từ Đại học Toronto của tôi đến tham dự, một người đáp

ứng mọi tiêu chí: Trí tuệ và cảm xúc luôn song hành. Wodek chính là người đầu tiên đưa Jordan Peterson ra trước ống kính và cho rằng anh sẽ là người thầy luôn kiếm tìm học trò cho mình - vì anh ấy lúc nào cũng trong tâm thế sẵn sàng giảng giải. Và thật hữu ích khi cả anh ấy và máy quay đều có thiện cảm với nhau.

Chiều hôm đó, một bộ bàn ăn lớn được bày biện trong khu vườn của vợ chồng Szemberg-Bekiers; xung quanh là những vị khách quen thuộc cùng các bậc thầy tán chuyện với nhau. Tuy rằng chúng tôi dường như bị vây quanh bởi một bầy ong giống mấy "tay săn ảnh" phiền nhiễu, nhưng chính người bạn mới này, với chất giọng vùng Alberta[1] và đôi bốt cao bồi, lại chẳng màng đến họ mà vẫn say sưa nói chuyện. Anh vẫn cứ luyên thuyên trong khi những người còn lại trong chúng tôi chơi trò chơi giành ghế theo nhạc[2] để tránh xa tiếng vo ve khó chịu. Mặc dù vậy, chúng tôi vẫn lưu lại bàn ăn vì sự bổ sung mới mẻ thú vị này trong buổi hội họp.

Anh ấy có một thói quen kỳ lạ, đó là đưa ra những câu hỏi "đào xới" sâu xa nhất dành cho bất kỳ ai trong bàn - hầu hết đều là người mới quen - như thể anh ấy chỉ đang nói chuyện phiếm. Hoặc nếu anh ấy nói chuyện phiếm thật chăng nữa, thì khoảng thời gian xen giữa những câu thoại như "Anh quen biết Wodek và Estera thế nào?" và "Tôi từng là người nuôi ong nên tôi quen với chúng rồi", luôn có những chủ đề nghiêm túc hơn chỉ cách nhau vài phần tỉ giây.

Người ta có thể nghe những câu hỏi như thế được bàn luận tại các bữa tiệc nơi những giáo sư và chuyên gia gặp gỡ, nhưng thường một cuộc đàm luận trong phạm vi hai chuyên gia như thế thường nói về một chủ đề, trong một góc riêng, hoặc nếu có chia sẻ với cả nhóm thì cũng không thiếu chuyện ai đó tự tô vẽ mình. Nhưng ngài Peterson đây không hề tỏ vẻ ta đây

dù cho bản thân thật sự rất thông thái. Anh ấy có sự say mê của một đứa trẻ vừa học được một điều mới mẻ và nhất định phải chia sẻ nó. Dường như anh ta có vẻ kiêu căng của một đứa trẻ - trước khi nhận ra đám người lớn ngờ nghệch như thế nào - rằng nếu anh ấy nghĩ một điều gì đó thú vị, thì những người khác cũng sẽ nghĩ như vậy. Có một chút trẻ con ở chàng cao bồi này, trong cách anh ấy đề cập đến nhiều vấn đề như thể chúng tôi cùng lớn lên trong cùng một gia đình, hay sống cùng một thị trấn nhỏ và tất thảy đều có suy nghĩ giống nhau về những vấn đề tồn tại xưa nay của nhân loại.

Peterson không hẳn là một "kẻ lập dị"; anh ấy có đủ bằng cấp như thông lệ, từng là giáo sư trường Havard và cũng là một quý ông (theo phong cách của một chàng cao bồi) mặc dù anh ấy hay dùng từ ngữ bộc trực khi nói chuyện, theo kiểu dân thôn quê hồi thập niên 1950. Nhưng tất cả mọi người đều lắng nghe với niềm hân hoan trên khuôn mặt như thể bị thôi miên, vì khi anh ấy giải đáp các thắc mắc của bất kỳ ai trong bàn, anh ấy đều thực lòng để tâm đến họ.

Có một cảm giác được giải phóng khi bầu bạn cùng một người "học rộng hiểu sâu" mà lối nói năng lại không màu mè. Lối suy nghĩ của anh ấy như một động cơ xe máy, như thể anh ấy cần phải nghĩ thành lời, cần sử dụng vỏ não vận động của mình để suy nghĩ, nhưng dây thần kinh vận động đó cũng cần phải hoạt động thật nhanh mới kịp đáp ứng. Để cất cánh cho anh. Không hẳn là bất thường, nhưng tốc độ nghỉ ngơi của anh ấy xoay vòng rất nhanh. Những suy nghĩ mãnh liệt cứ tỏa đi khắp mọi hướng. Nhưng không như nhiều học giả khác cứ khư khư giữ lập trường của mình, anh ấy dường như rất thích khi ai đó chất vấn hoặc chỉnh đốn mình. Anh ấy không bao giờ nổi đóa và đốp chát lại, mà sẽ nói một cách rất chan

hòa: "Vâng", cùng cái cúi đầu không chủ đích, lắc nhẹ đầu nếu anh đã bỏ qua điều gì đó và tự cười bản thân vì đã khái quát thái quá vấn đề. Anh sẽ cảm kích nếu được trình bày vấn đề theo một khía cạnh khác, và rõ ràng là đối với anh, để thông hiểu một vấn đề, cần có một quá trình bàn thảo.

Người ta không thể không ngỡ ngàng với một điểm khác thường khác nơi anh: Peterson trí thức mà lại cực kỳ thực tế. Các ví dụ của anh luôn chứa đầy những ứng dụng đời thường: quản lý doanh nghiệp, cách làm đồ nội thất (anh tự làm nội thất cho nhà mình), thiết kế một ngôi nhà giản dị, làm đẹp một căn phòng (còn giờ là ảnh chế trên mạng) hoặc trường hợp cụ thể khác liên quan đến giáo dục là xây dựng một dự án viết bài trực tuyến giúp ngăn học sinh da màu thiểu số bỏ học. Dự án này yêu cầu học sinh làm một loại bài tập phân tích tâm lý của chính bản thân, trong đó, chúng sẽ tự do liên tưởng đến quá khứ, hiện tại và tương lai (hiện nay, chương trình này được gọi là Chương trình Tạo tác bản thân - Self-Authoring Program[3]).

Chúng tôi trở thành bạn bè. Với tư cách một chuyên gia tâm thần học và một nhà phân tích tâm lý yêu văn chương, tôi bị anh ấy thu hút bởi anh giống như một thầy thuốc lâm sàng, người tự bồi dưỡng cho mình bằng nền học vấn sách vở vĩ đại và là người không chỉ yêu thích tiểu thuyết Nga trữ tình, triết học lẫn thần thoại cổ đại, mà còn xem chúng như của cải thừa kế quý báu nhất. Nhưng anh cũng làm sáng tỏ những nghiên cứu thống kê về nhân cách, tính khí cũng như nghiên cứu cả thần kinh học. Mặc dù được đào tạo về mảng khoa học hành vi, nhưng anh lại bị cuốn hút mạnh mẽ bởi ngành phân tích tâm lý đặt trọng tâm vào các giấc mơ, các hình thái nguyên mẫu, tính dai dẳng của những xung đột thời thơ ấu trong mỗi người trưởng thành và vai trò của hành vi phòng thủ cũng như sự hợp

lý hóa trong cuộc sống hằng ngày. Anh còn là kẻ ngoại đạo làm thành viên duy nhất trong Khoa Tâm lý học của Đại học Toronto - vốn có thiên hướng nghiên cứu - vẫn duy trì được hoạt động thực hành lâm sàng.

Trong những chuyên thăm của tôi, các cuộc chuyện trò thường bắt đầu bằng những tràng cười đùa và bình luận vui vẻ - đúng là chàng Peterson từ thị trấn nhỏ vùng quê Alberta, nơi anh dành cả thời niên thiếu để sống như trong bộ phim FUBAR - chào mừng các bạn đến quê hương của anh. Ngôi nhà được Tammy, vợ anh, và chính anh chất đầy đồ đạc, rồi biến nó thành một mái ấm có lẽ là phong lưu thú vị nhất và gây ngạc nhiên nhất mà tôi từng thấy. Cả hai treo tranh vẽ, vài tấm mặt nạ điêu khắc và chân dung trừu tượng khắp nhà. Song, chúng bị áp đảo bởi bộ sưu tập tranh gốc khổng lồ theo trường phái Hiện thực Xã hội chủ nghĩa về Lenin cùng những cán bộ cộng sản đời đầu được Liên bang Xô-viết bổ nhiệm. Không lâu sau khi Liên Xô sụp đổ, Peterson bắt đầu mua những bức tranh này với giá rất hời qua mạng. Những bức tranh mang đậm tinh thần cách mạng Xô-viết che kín từng bức tường, trần nhà và thậm chí phòng tắm. Chúng có mặt ở đó không phải vì Jordan có sự đồng cảm với chế độ đó, mà vì anh muốn nhắc nhở bản thân về khoảng thời gian mà anh biết rằng anh và mọi người đều muốn đưa vào dĩ vãng.

Chúng tôi cũng hay trò chuyện và nhấm nháp trà trong căn bếp dưới tầng hầm của anh, trên tường là cả bộ sưu tập tranh dị thường, một chỉ dấu dễ thấy cho sứ mệnh đau đáu nhất của anh, đó là vượt lên trên hệ tư tưởng tối giản phân biệt phải trái và không lặp lại những sai lầm trong quá khứ. Sau một lúc, không còn gì ngoài một bữa trà trong bếp và trò chuyện về các vấn đề gia đình, về một cuốn sách mới đọc, với những bức tranh vây quanh. Cứ như thể chúng tôi đang sống trong một thế giới hay những nơi

chốn đã từng tồn tại, hoặc vẫn đang tồn tại đâu đó.

Trong quyển sách đầu tiên của Jordan và cũng là quyển duy nhất ra đời trước quyển này, *Maps of Meaning* (tạm dịch: Những tấm bản đồ của ý nghĩa), anh đã chia sẻ những hiểu biết sâu sắc của mình về những chủ đề muôn thuở như thần thoại thế giới, rồi giải thích rằng cuối cùng, mọi nền văn hóa đã tạo ra những câu chuyện giúp chúng ta vật lộn, và sau cùng là vạch rõ những hỗn loạn mà từ khi sinh ra chúng ta đã phải đối mặt; sự hỗn loạn này là toàn bộ những gì chúng ta chưa biết đến, là mọi vùng đất chưa được khám phá mà chúng ta phải đi qua, thâm nhập vào nó ở cả thế giới bên ngoài lẫn cái hồn bên trong.

Nhờ kết hợp thuyết tiến hóa, khoa học thần kinh về mặt cảm xúc, một số tư tưởng vĩ đại nhất của Jung, một số khác của Freud cùng rất nhiều công trình vĩ đại của Nietzsche, Dostoevsky, Solzhenitsyn, Eliade, Neumann, Piaget, Frye và Frankl, *Những tấm bản đồ của ý nghĩa*, được xuất bản cách đây gần hai thập kỷ, đã thể hiện được bước tiếp cận bao quát của Jordan nhằm thấu hiểu cách nhân loại và bộ não con người xử lý những tình huống nguyên mẫu phát sinh mỗi khi chúng ta phải đối mặt với những điều mình không hiểu trong đời sống hằng ngày. Điểm tài tình của quyển sách thể hiện ở cách anh mô tả tình huống này bắt nguồn từ sự tiến hóa, từ ADN của chúng ta, từ não bộ và những câu chuyện cổ xưa ra sao. Và anh cho chúng ta thấy những câu chuyện này vẫn tồn tại là vì chúng mang đến cho ta chỉ dẫn để giải quyết những điều không chắc chắn và cái chưa biết không thể tránh khỏi.

Một trong nhiều ưu điểm của quyển sách mà bạn đang cầm trên tay chính là nó mở ra một lối vào *Những tấm bản đồ của ý nghĩa*, một công trình cực kỳ phức tạp vì Jordan vẫn đang tìm cách tiếp cận tâm lý học khi

anh viết nó. Nhưng nó lại chính là nền tảng, vì cho dù gien và kinh nghiệm sống có khác nhau thế nào, hoặc dù bộ não tùy biến của chúng ta có được nối nguồn kinh nghiệm cá nhân theo cách khác nhau ra sao chăng nữa, thì tất cả chúng ta đều phải đối mặt với những gì mình không biết và luôn nỗ lực chuyển từ hỗn loạn sang trật tự. Và đây chính là lý do rất nhiều quy luật trong cuốn sách này, được dựa trên cuốn *Những tấm bản đồ của ý nghĩa*, lại có yếu tố phổ quát trong chúng.

Cuốn *Những tấm bản đồ của ý nghĩa* được nhen nhóm bởi ý thức đầy phiền não của Jordan, từ khi anh còn là một thiếu niên lớn lên giữa thời kỳ Chiến tranh Lạnh, khi phần lớn nhân loại dường như sắp làm nổ tung cả hành tinh chỉ để bảo vệ những bản ngã khác nhau của họ. Anh cảm thấy mình buộc phải hiểu thế nào người ta lại có thể hy sinh tất cả chỉ vì một "bản sắc", bất kể nó là gì. Anh cảm thấy mình phải hiểu được những hệ tư tưởng nào đã dẫn dắt các chế độ. Trong cuốn *Những tấm bản đồ của ý nghĩa*, và một lần nữa trong cuốn sách này, một trong những vấn đề anh cảnh báo bạn đọc nên quan tâm nhất chính là hệ tư tưởng, bất kể ai là người truyền bá nó và nhằm mục đích gì…

Sự không hài lòng của tôi với những nỗ lực của khoa học chính trị hiện đại nhằm hiểu rõ sự trỗi dậy chủ nghĩa Quốc xã, chủ nghĩa độc tài và thành kiến là yếu tố chủ chốt trong quyết định bổ sung cho các nghiên cứu khoa học chính trị bằng nghiên cứu về sự vô thức, phương pháp chiếu, phân tích tâm lý, tiềm năng hồi quy của tâm lý nhóm, tâm thần học và não bộ. Jordan đã thoát khỏi khoa học chính trị vì những lý do tương tự. Với những lợi ích song song quan trọng này, chúng tôi không phải lúc nào cũng đồng tình với "các câu trả lời" (tạ ơn Chúa), nhưng hầu như luôn đồng tình về các câu hỏi.

Tình bạn của chúng tôi không phải lúc nào cũng buồn tẻ và u ám. Tôi có thói quen đến dự các lớp của những giáo sư đồng nghiệp ở trường đại học, bao gồm cả lớp học lúc nào cũng chật cứng sinh viên của anh ấy. Và tôi đã chứng kiến điều mà hàng triệu người khác từng thấy khi xem trên mạng: Một diễn giả nói trước công chúng xuất sắc, rạng rỡ như một nghệ sĩ nhạc jazz đang dạo từng tiết tấu với thần thái mạnh mẽ nhất; nhiều lúc anh giống như một nhà thuyết giáo sôi nổi của phái Prairie (không phải bằng cách truyền bá Phúc âm, mà bằng niềm đam mê của mình và bằng khả năng kể chuyện để truyền đạt những câu chuyện bao hàm các nguyên tắc sống, về việc tin theo hay không tin nhiều quan niệm khác nhau). Sau đó, anh dễ dàng chuyển sang làm một bản tóm tắt ngoạn mục, có hệ thống về một loạt các nghiên cứu khoa học. Anh là bậc thầy trong việc giúp sinh viên suy ngẫm tốt hơn, cũng như xem trọng bản thân và tương lai một cách nghiêm túc. Anh dạy họ phải trân trọng những cuốn sách vĩ đại. Anh dẫn các ví dụ sinh động từ quá trình thực hành lâm sàng, tự bộc lộ bản thân (một cách đứng đắn), thậm chí cả nhược điểm của mình và tạo ra sự liên kết hấp dẫn giữa thuyết tiến hóa, não bộ cùng với những câu chuyện tôn giáo. Trong một thế giới nơi học viên được dạy cách nhìn nhận thuyết tiến hóa và tôn giáo đơn giản chỉ là sự đối nghịch (bởi các nhà tư tưởng như Richard Dawkins), Jordan đã cho họ thấy rằng trên tất thảy, sự tiến hóa sẽ lý giải sức hấp dẫn sâu sắc của tâm lý học và trí tuệ của nhiều câu chuyện từ ngàn xưa, từ Vua Gilgamesh cho đến Cuộc đời của Đức Phật, Thần thoại Ai Cập và Kinh Thánh. Ví dụ, anh đã đưa ra những câu chuyện về cuộc hành trình tự nguyện đến vùng đất chưa ai biết đến - nhiệm vụ của người hùng - phản ánh những nhiệm vụ phổ quát giúp bộ não tiến hóa. Anh tôn trọng những câu chuyện ấy, không giản lược và không bao giờ

tuyên bố sẽ tiếp thu hết. Nếu bàn về một chủ đề, ví dụ như thành kiến, hoặc những yếu tố liên quan đến nó như sợ hãi và ghê sợ, hoặc sự khác biệt về giới tính nói chung, anh sẽ chỉ ra cho mọi người thấy những đặc điểm này đã tiến hóa như thế nào và vì sao chúng còn tồn tại.

Trên hết, anh đã cảnh báo học viên của mình về những chủ đề hiếm khi được thảo luận ở môi trường đại học, như một thực tế đơn giản rằng tất cả các nhân vật cổ xưa, từ Đức Phật cho đến các tác giả của Kinh Thánh, đều biết mọi điều mà một người trưởng thành từng trải phải hiểu, rằng cuộc sống là đau khổ. Nếu bạn đang đau khổ, hoặc ai đó thân thiết với bạn đang đau khổ, thì thật đáng buồn. Nhưng than ôi, điều đó không đặc biệt đến vậy đâu! Chúng ta không đau khổ chỉ vì "những chính trị gia tối dạ" hay "hệ thống bị lũng đoạn", hoặc vì bạn và tôi, như hầu hết mọi người khác, có thể bằng cách nào đó mô tả bản thân mình một cách hợp lẽ như nạn nhân của điều gì đó hoặc ai đó. Đó là bởi vì chúng ta được sinh ra là con người và được đảm bảo hưởng một liều đau khổ nhất định. Và nhiều khả năng nếu bạn hoặc người thân của bạn không gặp đau khổ lúc này, thì trong vòng năm năm sau cũng sẽ phải gặp, trừ khi bạn là một người may mắn lạ thường. Nuôi dạy con cái rất khó, làm việc cũng vất vả và lão hóa, bệnh tật cũng như cái chết còn nặng nề hơn nữa. Jordan nhấn mạnh rằng nếu bạn tự mình làm tất thảy những điều đó mà không màng đến lợi ích của mối quan hệ yêu thương, trí tuệ, hay những hiểu biết về tâm lý của các nhà tâm lý học vĩ đại nhất, thì chỉ khiến nó trở nên khó khăn hơn mà thôi. Anh không dọa các sinh viên của mình; thực tế thì họ nhận thấy cuộc nói chuyện thẳng thắn của anh khiến họ vững dạ, bởi trong thâm tâm, đa số họ đều biết điều anh nói là chí phải, ngay cả khi không có diễn đàn nào thảo luận về nó - có lẽ vì trong cuộc sống, người trưởng

thành có khuynh hướng bao bọc thái quá đến mức ngây thơ, dẫn đến việc họ tự lừa dối chính mình trong suy nghĩ rằng: Việc không đề cập gì đến đau khổ sẽ bằng cách kỳ diệu nào đó bảo vệ con cái họ khỏi đau khổ.

Ở đây, anh liên hệ đến huyền thoại về người hùng, một chủ đề xuyên văn hóa được khám phá theo hướng phân tích tâm lý của Otto Rank, người đã lưu ý rằng - phỏng theo Freud - những thần thoại anh hùng đều tương tự như nhau trong nhiều nền văn hóa, một chủ đề mà Carl Jung, Joseph Campbell và Erich Neumann đã lựa chọn. Trong khi Freud có những đóng góp vĩ đại vào công cuộc lý giải các chứng loạn thần kinh chức năng - trong số nhiều chủ đề khác - bằng cách tập trung tìm hiểu cái mà chúng ta gọi là câu chuyện về anh-hùng-bại-trận (về Oedipus[4]), thì Jordan lại tập trung vào những anh hùng thắng trận. Trong tất cả những câu chuyện chiến thắng này, người hùng phải tiến vào cái chưa biết, vào một vùng đất chưa được khám phá và vừa đối phó với một thử thách vừa to lớn vừa mới mẻ, và phải chấp nhận mạo hiểm. Trong quá trình này, một phần nào đó của anh phải chết đi, hoặc bị từ bỏ để anh ta có thể được tái sinh và vượt qua thử thách. Việc này đòi hỏi lòng can đảm, điều hiếm khi được bàn luận trong một lớp tâm lý học hoặc sách giáo khoa. Trong bài phát biểu trước công chúng gần đây của anh nhằm ủng hộ tự do ngôn luận và chống lại cái mà tôi gọi là "ngôn luận cưỡng ép" (vì nó liên quan đến việc chính phủ buộc người dân phải lên tiếng về quan điểm chính trị), cái giá phải trả rất cao; anh đã mất nhiều thứ và biết rõ điều đó. Tuy nhiên, tôi nhận thấy anh (và cả Tammy) không chỉ thể hiện lòng can đảm, mà cả hai còn tiếp tục sống theo nhiều quy luật trong cuốn sách này, mà một số trong đó đòi hỏi nỗ lực rất lớn.

Tôi đã chứng kiến anh phát triển từ một người nổi bật thành một người

không thể quả quyết và thành công hơn - nhờ sống theo những quy luật này. Thực tế, đó chính là quá trình anh viết nên cuốn sách này và phát triển những quy luật ấy để dẫn dắt anh đứng lên chống lại ngôn luận gượng ép hoặc cưỡng bách. Và đó là lý do trong suốt những sự kiện ấy, anh bắt đầu đăng một số cảm nghĩ của mình về cuộc sống cũng như các quy luật lên mạng. Giờ đây, với hơn 100 triệu lượt xem trên Youtube, chúng tôi biết chúng đã đánh động đến lòng đồng thuận của rất nhiều người.

Do tất cả chúng ta đều chán ngán các quy luật, làm thế nào chúng tôi lý giải được phản ứng phi thường đối với những bài giảng bao hàm những quy tắc này của anh? Trong trường hợp của Jordan, chính sức lôi cuốn và sự sẵn sàng hiếm hoi đứng về phía một quy luật đã khiến mọi người lắng nghe anh rộng rãi trên mạng ngay từ đầu. Số lượt xem những lời tuyên bố đầu tiên của anh trên Youtube tăng nhanh đến con số hàng trăm nghìn. Nhưng mọi người vẫn tiếp tục lắng nghe vì điều anh nói đáp ứng nhu cầu sâu xa và không nói thành lời của họ. Và đó là bởi vì bên cạnh mong ước thoát khỏi các quy luật, tất cả chúng ta đều kiếm tìm một kết cấu nào đó.

Niềm khao khát các quy luật hoặc ít nhất là những chỉ dẫn ở nhiều người trẻ tuổi hiện nay đã lớn hơn nhiều vì lý do chính đáng. Ở phương Tây, các bạn trẻ thuộc thế hệ Thiên niên kỷ[5] đang trải qua một bối cảnh lịch sử độc nhất vô nhị. Tôi tin họ là thế hệ đầu tiên được giáo dục thấu đáo cả hai luồng ý tưởng dường như mâu thuẫn nhau về mặt đạo đức - ở trường học, cao đẳng và đại học bởi nhiều người thuộc thế hệ của tôi. Sự đối lập này khiến họ đôi khi mất phương hướng và thiếu chắc chắn, thiếu chỉ dẫn và bi kịch hơn nữa là bị tước đoạt mất những sự phong phú mà họ thậm chí không biết đến sự tồn tại của chúng.

Chúng tôi từng tham gia buổi giảng dạy mà thế hệ Thiên niên kỷ phải

chiến đấu triền miên. Họ đăng ký một khóa học ngành nhân văn để nghiên cứu những cuốn sách vĩ đại nhất từng được sáng tác. Nhưng họ không được giao sách; mà thay vào đó lại bị chúng tấn công tư tưởng dựa trên sự đơn giản hóa kinh khủng nào đó. Nếu người theo chủ nghĩa tương đối bị nhồi nhét cảm giác không chắc chắn, thì một nhà tư tưởng sẽ ngược lại. Nhà tư tưởng sẽ là người siêu phán xét và hay chỉ trích người khác, luôn biết người khác sai ở đâu và phải làm gì với nó. Đôi khi, trong xã hội có vẻ như những người duy nhất sẵn sàng đưa ra lời khuyên lại hầu như là những người có ít lời khuyên nhất để cho đi.

Chúng ta là những người tạo ra quy tắc. Và vì là những sinh vật có đạo đức, thuyết tương đối hiện đại mà đơn giản đang áp đặt lên chúng ta thứ hệ quả phải xảy đến nào? Nó đồng nghĩa với việc chúng ta đang tự ngáng chân mình bằng cách giả vờ là thứ gì đó không phải là mình. Nó là một chiếc mặt nạ, nhưng là một chiếc mặt nạ kỳ lạ, vì hầu như chỉ lừa dối người đeo nó. Hãy dùng một chiếc chìa khóa để *cccàoooo* chiếc ô-tô Mercedes của vị giáo sư thông thái nhất theo thuyết tương đối hậu hiện đại, bạn sẽ thấy chiếc mặt nạ của thuyết tương đối (tức giả vờ rằng không có cả đúng lẫn sai) và tấm áo choàng của sự khoan dung triệt để rơi xuống nhanh thế nào.

Vì chúng ta chưa có phạm trù dựa trên khoa học hiện đại, Jordan không ra sức phát triển các quy tắc của mình bằng cách xóa sạch tấm đá phiến - tức bằng cách loại bỏ hàng nghìn năm trí tuệ như thể chúng là thứ mê tín dị đoan thuần túy mà bỏ qua những thành tựu đạo đức vĩ đại nhất của loài người. Hơn thế, anh đã hợp nhất những điều tốt đẹp nhất mà chúng ta đang học với những cuốn sách mà nhân loại xem là phù hợp để bảo tồn qua hàng thiên niên kỷ, cũng như với những câu chuyện đã tồn tại được,

bất chấp mọi rủi ro và khuynh hướng lãng quên theo thời gian.

Anh ấy đang làm những điều luôn được hoàn thiện từ những chỉ dẫn hợp lý: Anh không tuyên bố rằng trí tuệ của con người bắt đầu từ chính anh, mà đúng hơn là chuyển hướng đến các chỉ dẫn của anh ngay từ đầu. Và mặc dù các chủ đề trong cuốn sách này thật sự nghiêm túc, nhưng Jordan vẫn rất vui vẻ giải quyết chúng bằng cái chạm nhẹ nhàng, giống như các tiêu đề ở mỗi chương đang truyền đạt. Anh không hề tuyên bố rằng mình thấu đáo mọi mặt và đôi khi các chương cũng bao gồm nhiều cuộc thảo luận trong phạm vi rộng về tâm lý của chúng ta theo cách anh hiểu.

Vậy tại sao không gọi đây là một cuốn tuyển tập "các chỉ dẫn", một thuật ngữ nhẹ nhàng, thân thiện với người dùng và ít cứng nhắc hơn là "quy luật"?

Bởi vì đây thực sự là những quy luật. Và quy luật tiên quyết nhất là bạn phải chịu trách nhiệm cho cuộc sống của mình. Chấm hết.

Đôi khi những quy tắc này đòi hỏi quá nhiều. Chúng yêu cầu bạn phải thực hiện một quá trình tuần tự theo thời gian và kéo căng bạn đến một giới hạn mới. Như tôi đã nói, điều đó đòi hỏi bạn phải mạo hiểm khám phá cái chưa biết. Để vươn mình vượt ra ranh giới của bản thân hiện tại, bạn cần phải cẩn thận lựa chọn và theo đuổi những lý tưởng của mình: Lý tưởng luôn ở đó, phía trên bạn, vượt trội hơn bạn và không phải lúc nào bạn cũng chắc chắn với tới chúng được.

Nhưng nếu không chắc chắn đạt được những lý tưởng của mình, vậy vì sao chúng ta lại bận tâm với tay đến chúng ngay từ đầu? Bởi vì nếu không với đến chúng, thì chắc chắn bạn sẽ không bao giờ cảm thấy cuộc sống của mình có ý nghĩa.

Và có lẽ bởi vì - nghe vừa xa lạ vừa khác thường - thẳm sâu trong tâm hồn, tất cả chúng ta đều muốn được phán xét.

Tiến sĩ **Norman Doidge,** Bác sĩ Y khoa,

Tác giả cuốn *The Brain That Changes Itself*

(tạm dịch: *Bộ não tự biến đổi*)

DẪN NHẬP

CUỐN SÁCH NÀY CÓ MỘT LAI LỊCH ngắn cùng một lai lịch dài. Chúng ta sẽ bắt đầu với phần lai lịch ngắn trước.

Năm 2012, tôi bắt đầu viết bài cho một trang web tên Quora. Trên trang Quora, ai cũng có thể đặt câu hỏi về bất kỳ điều gì - và bất cứ ai cũng có thể trả lời. Người đọc bỏ phiếu thuận cho những câu trả lời họ thích và bỏ phiếu chống cho những câu họ không thích. Bằng cách này, những câu trả lời hữu ích nhất sẽ được đưa lên đầu trang, trong khi những câu còn lại sẽ chìm vào quên lãng. Tôi đã tò mò về trang web này. Tôi thích cái bản chất "miễn phí cho tất cả" của nó. Phần thảo luận thường rất thuyết phục và thực sự thú vị khi thấy nhiều ý kiến đa chiều khởi phát từ cùng một câu hỏi.

Những lúc nghỉ giữa giờ (hoặc trốn việc), tôi thường tìm đến Quora, tìm kiếm những câu hỏi để trả lời. Tôi cân nhắc và rốt cuộc là trả lời những câu hỏi đại loại như: "Sự khác biệt giữa hạnh phúc và hài lòng là gì?", "Điều gì sẽ trở nên tốt đẹp hơn khi bạn già đi?" và "Điều gì khiến cuộc sống có ý nghĩa hơn?"

Trang Quora cũng cho bạn biết bao nhiêu người đã xem câu trả lời của bạn và bạn nhận được bao nhiêu phiếu thuận. Thêm nữa, bạn có thể quyết định đối tượng mình hướng đến và xem mọi người nghĩ gì về ý tưởng của mình. Chỉ một số rất ít những người xem câu trả lời bỏ phiếu thuận cho nó. Như vào khoảng tháng Bảy năm 2017, khi tôi viết quyển sách này - và cũng là năm năm sau khi tôi trả lời câu "Điều gì khiến cuộc sống có ý

nghĩa hơn?" - câu trả lời của tôi nhận được một số lượng tương đối ít người xem (14 nghìn lượt xem và 133 phiếu thuận), trong khi câu trả lời về việc lão hóa được 7.200 người xem và nhận được 36 phiếu thuận. Kết quả không hẳn là đáng kể. Tuy nhiên nó vẫn nằm trong mức dự tính. Trên những trang này, đa phần các câu trả lời đều nhận được rất ít sự quan tâm, trong khi một phần rất nhỏ lại được quan tâm hơn hẳn.

Không lâu sau, tôi trả lời một câu hỏi khác: "Những điều quý giá nhất mà mọi người nên biết là gì?" Tôi liệt kê một danh sách các quy tắc hoặc châm ngôn; một số thì cực kỳ nghiêm túc, một số thì chỉ nói suông - như "Hãy tỏ lòng biết ơn dù đau khổ", "Đừng làm những gì bạn ghét", "Đừng giấu giếm mọi thứ trong mơ hồ"… Độc giả trên Quora lại có vẻ hài lòng với danh sách này. Họ bình luận và chia sẻ nó. Họ nói những điều như: "Chắc chắn tôi phải in danh sách này ra và giữ lại tham khảo. Thật đơn giản đến phi thường" và "Anh đã đánh bại Quora. Chúng ta đóng trang này luôn được rồi". Các sinh viên Đại học Toronto, nơi tôi đang giảng dạy, đến gặp tôi và cho tôi biết họ thích danh sách này đến nhường nào. Đến hôm nay, câu trả lời của tôi về "Những điều đáng giá nhất…" đã nhận được 120 nghìn lượt xem và 2.300 phiếu thuận. Chỉ vài trăm trong số xấp xỉ 600 nghìn câu hỏi trên Quora vượt ngưỡng 2 nghìn phiếu thuận. Câu trả lời mà tôi nghĩ ra trong thời gian uể oải lại tạo nên kỳ tích. Tôi đã trình bày một câu trả lời chiếm đến 99,9% mức phản hồi.

Việc viết ra danh sách các quy luật trong cuộc sống nhận được phản hồi tốt đến vậy không hề nằm trong dự tính của tôi. Tôi đã khá để tâm đến khoảng 60 câu trả lời mình đưa ra trong vài tháng xung quanh bài đăng ấy. Tuy thế, nghiên cứu thị trường vẫn là mảng ổn nhất mà Quora cung cấp. Người phản hồi được ẩn danh. Họ "không vị lợi" theo nghĩa chính xác

nhất của từ này. Các ý kiến đều tự phát và không thiên vị. Do đó, tôi lưu tâm đến kết quả và suy nghĩ về lý do câu trả lời ấy lại nhận được thành công vượt bậc. Có lẽ tôi đã đánh trúng điểm cân bằng giữa những điều quen thuộc và xa lạ khi lập ra các quy luật. Có thể mọi người bị thu hút bởi cấu trúc mà các quy luật đang ngụ ý. Hoặc có lẽ họ chỉ đơn giản là thích danh sách này.

Vài tháng trước, tức tháng Ba năm 2012, tôi nhận được e-mail từ một người đại diện cho tác giả. Cô ấy từng nghe tôi phát biểu trên đài CBC trong chương trình Just Say No to Happiness (tạm dịch: Hãy cứ nói không với hạnh phúc), khi ấy tôi đã phê bình ý tưởng cho rằng hạnh phúc là mục tiêu đúng đắn của cuộc sống. Trong suốt vài thập niên trước, tôi đã đọc rất nhiều cuốn sách về những giai đoạn lịch sử đen tối của thế kỷ XX, nhiều hơn số tôi chia sẻ, đặc biệt tập trung vào Đức Quốc xã và Liên Xô. Nhà văn Aleksandr Solzhenitsyn, người thu thập tư liệu về những nỗi kinh hoàng trong các trại lao động khổ sai đã từng viết: "Tư tưởng thương xót" cho rằng "loài người sinh ra để được hạnh phúc" là tư tưởng "được sinh ra từ nhát dùi cui đầu tiên của tay quản giáo". Trong một cuộc khủng hoảng, những khổ đau không thể tránh khỏi mà cuộc sống bắt ta phải chịu có thể nhanh chóng chế giễu cái lý tưởng rằng hạnh phúc là mưu cầu đúng đắn của mỗi cá nhân. Trên chương trình vô tuyến ấy, tôi đề xuất rằng thay vì thế, ta cần một tầng ý nghĩa sâu sắc hơn. Tôi ghi nhận rằng bản chất của một ý nghĩa như thế đã luôn được tái hiện trong những câu chuyện vĩ đại thời quá khứ và rằng chúng thiên về phát triển nhân cách con người khi đối mặt với nỗi đau hơn là hạnh phúc. Đây cũng là một phần của lịch sử lâu đời đã làm nên tác phẩm hiện tại này.

Từ năm 1985 đến 1999, tôi làm việc khoảng ba tiếng mỗi ngày cho

cuốn sách đầu tiên mà tôi đã xuất bản: *Maps of Meaning: The Architecture of Belief* (tạm dịch: *Những tấm bản đồ của ý nghĩa: Kiến trúc của niềm tin*) Trong thời gian đó và nhiều những năm sau, tôi cũng giảng dạy một khóa học dựa trên nội dung của cuốn sách ấy, đầu tiên là ở Harvard và giờ là ở Đại học Toronto. Năm 2013, chứng kiến sự phát triển của Youtube và sự phổ biến của vài sản phẩm mà tôi từng hợp tác với TVO, một đài truyền hình công của Canada, tôi đã quyết định ghi hình lại những bài giảng được công bố trước đại chúng và trong trường đại học, rồi đăng tải chúng lên mạng. Chúng đã thu hút thêm một lượng khán giả lớn ngày càng tăng - hơn một triệu lượt xem tính đến tháng Tư năm 2016. Số lượt xem cũng "lên dốc" vô cùng đáng kể từ thời điểm đó (18 triệu lượt khi tôi đang viết những dòng này), dù nhận được lượng chú ý bất thường như thế một phần cũng do tôi bị kéo vào một cuộc tranh luận chính trị nhiều tranh cãi.

Đấy là một câu chuyện khác. Có thể sẽ được viết trong một quyển sách khác.

Tôi đã đề xướng trong cuốn *Những tấm bản đồ của ý nghĩa* rằng những thần thoại vĩ đại và các câu chuyện tôn giáo cổ xưa, đặc biệt là những chuyện được khai sinh từ thuở sơ khai và truyền miệng lại, mang tính đạo đức có chủ đích hơn là chỉ đơn thuần trần thuật. Do đó, chúng không quan tâm thế giới từng ra sao như các nhà khoa học, mà chỉ quan tâm cách loài người nên hành xử. Tôi cho rằng tổ tiên chúng ta đã khắc họa thế giới như một sàn diễn - một vở kịch - thay vì là một nơi chốn bao gồm các sự vật. Tôi mô tả mình đã dần tin rằng những yếu tố cấu thành thế giới này - như một vở kịch - là trật tự và hỗn loạn, chứ không phải vật chất.

Trật tự là cách những người xung quanh bạn hành xử dựa trên sự thấu

hiểu về những chuẩn mực trong xã hội và bạn luôn có thể đoán trước, rồi hợp tác với họ. Đây là thế giới của cấu trúc xã hội, lãnh địa được khai phá và sự quen thuộc. Trạng thái của Trật tự thường được mô tả một cách biểu trưng - trong trí tưởng tượng - là hình tượng nam tính. Chẳng hạn như Nhà vua Thông thái hoặc tên Bạo chúa luôn đi liền với nhau, giống như xã hội vừa có tính kiến tạo, vừa là sự áp bức.

Trái lại, sự Hỗn loạn là nơi - hoặc khi - những điều khó lường xảy ra. Hỗn loạn xuất hiện, trong hình thái bình thường nhất, khi bạn nói một câu đùa với những người bạn nghĩ là mình hiểu họ và rồi sự yên lặng cùng với cảm giác ngượng ngập bao trùm lên buổi tiệc họp mặt ấy. Hỗn loạn sẽ trỗi dậy mãnh liệt hơn nữa khi bạn chợt nhận ra mình đang thất nghiệp, hoặc bị người yêu phản bội. Dưới dạng phản đề của trật tự mang biểu trưng cho vẻ "nam tính", hỗn loạn thường được thể hiện bằng "nữ tính" trong trí tưởng tượng. Chúng là điều mới mẻ và không thể đoán trước, bất thần sinh ra giữa những điều quen thuộc. Chúng chính là Sáng tạo và Hủy diệt, là khởi nguồn của những điều mới mẻ và đích đến của cái chết (vì lẽ tự nhiên, đối lập với văn hóa, vừa là sự ra đời, vừa là cái chết).

Trật tự và hỗn loạn chính là "dương" và "âm" trong biểu tượng nổi tiếng của Đạo giáo: Hai con rắn tạo thành một vòng tròn từ đầu đến đuôi[6]. Trật tự là màu trắng, là con rắn đực; Hỗn loạn là màu đen, là con rắn cái. Điểm màu đen trong con rắn trắng - và điểm màu trắng trong con rắn đen - biểu thị cho khả năng biến đổi: Ngay khi mọi việc đang êm đẹp, bóng đen to lớn không ai biết có thể bất chợt lù lù hiện ra. Trái lại, khi mọi thứ dường như đang lạc lối, một trật tự mới có thể khởi sinh từ tai họa và hỗn loạn.

Đối với Đạo giáo, ý nghĩa chính là được tìm thấy giữa ranh giới của

một cặp đôi mãi quấn chặt lấy nhau. Bước trên ranh giới ấy để vững chân trên đường đời chính là Thánh Đạo.

Và như thế tốt hơn hạnh phúc rất nhiều.

Người đại diện tác giả mà tôi nhắc đến đã nghe phần thảo luận của tôi về vấn đề này trên đài CBC. Bài nói khiến cô tự chất vấn bản thân sâu sắc hơn. Cô gửi e-mail cho tôi và hỏi liệu tôi có xét đến việc viết một cuốn sách dành cho độc giả đại chúng không. Tôi đã từng cố viết nên một phiên bản dễ hiểu hơn cho cuốn *Những tấm bản đồ của ý nghĩa*, dù cuốn sách ấy rất khô khan. Và tôi nhận ra rằng cả bản thân mình trong nỗ lực viết ấy lẫn bản thảo cuối cùng đều chẳng có chút hổn nào cả. Tôi cho rằng do tôi đã phỏng theo bản thể và cuốn sách trước đây của mình, thay vì ngụ trong nơi chốn nằm giữa trật tự với hỗn loạn và sáng tạo ra những thứ gì đó mới hơn. Tôi khuyên cô ấy xem bốn bài giảng của mình trong chương trình của đài TVO mang tên *Big Ideas (Những ý tưởng lớn)*, được đăng trên kênh Youtube của tôi. Tôi nghĩ nếu cô ấy xem xong bài giảng này, chúng tôi sẽ có một cuộc thảo luận sáng suốt và thấu đáo hơn về kiểu chủ đề nào mà tôi sẽ đề cập trong quyển sách "dễ hiểu" sắp được công bố.

Cô ấy đã liên lạc với tôi vài tuần sau đó, sau khi xem hết cả bốn bài giảng và thảo luận chúng với một đồng nghiệp. Sự hứng thú của cô được nâng cao hơn nữa, hệt như cam kết của cô ấy đối với dự án này. Điều ấy quả thật đầy hứa hẹn và bất ngờ nữa. Tôi luôn ngạc nhiên trước cách mọi người phản ứng tích cực với những điều mình trình bày, bất kể sự nghiêm túc và kỳ lạ trong bản chất lời nói của mình. Tôi kinh ngạc vì mình đã được phép (thậm chí được khuyến khích) giảng dạy tại Boston trước đây và giờ là Toronto. Tôi luôn nghĩ nếu mọi người thực sự chú ý đến những gì mình dạy thì thật vô cùng xứng đáng. Bạn có thể tự quyết định xem điều

đó có đúng không sau khi đọc quyển sách này. :)

Cô ấy đề nghị tôi viết một kiểu cẩm nang về những điều mà một người cần "để sống tốt" - bất kể điều đó mang nghĩa gì. Tôi đã nghĩ ngay đến danh sách trên Quora của mình. Trong thời gian ấy, tôi cũng đang viết ra những suy nghĩ sâu xa hơn về các quy luật mình đã đăng. Mọi người cũng phản ứng tích cực với những ý tưởng mới. Nên đối với tôi, dường như có một sự hài hòa thỏa đáng giữa danh sách trên Quora và các ý tưởng của người đại diện mới. Thế là tôi gửi cô ấy xem bản danh sách. Và cô ấy thích chúng.

Đồng thời, một người bạn và cũng là cựu sinh viên của tôi - tiểu thuyết gia kiêm biên kịch Gregg Hurwitz - cũng đang viết một quyển sách mới, mà về sau trở thành tiểu thuyết ly kỳ bán chạy *Orphan X* (tạm dịch: *Đứa trẻ mồ côi X*). Cậu ấy cũng thích các quy luật đó. Nhân vật nữ chính Mia trong cuốn tiểu thuyết của cậu đã dán những quy luật được chọn lọc từng cái một lên tủ lạnh, hoặc ở những thời điểm trong truyện được lồng ghép phù hợp. Đây cũng là một phần minh chứng ủng hộ cho giả thiết của tôi về độ hấp dẫn của chúng. Tôi đề xuất với người đại diện của mình rằng tôi sẽ viết một chương sơ lược nói về từng quy tắc. Cô ấy đồng ý, nên tôi đã viết một bản đề xuất cho cuốn sách với nội dung tương tự. Tuy vậy, lúc tôi bắt tay vào viết các chương thực sự, chúng lại chẳng sơ lược tí nào. Tôi có nhiều điều muốn nói về từng quy tắc nhiều hơn những gì mình đã hình dung rất nhiều.

Điều này một phần là nhờ tôi đã dành thời gian dài nghiên cứu cho cuốn sách đầu tiên: Nghiên cứu lịch sử, thần thoại, khoa học thần kinh, phân tích tâm lý, tâm lý trẻ em, thi ca và nhiều phần lớn trong Kinh Thánh. Tôi đọc và thậm chí hiểu được hầu hết các cuốn *Thiên đường đánh mất*

(Paradise Lost) - tập thơ của Milton, *Faust* của Goethe và *Hỏa ngục (Inferno)* trong *Thần khúc* của Dante. Tôi hợp nhất tất cả kiến thức ấy, dù kết quả tốt hơn hay tệ hơn, thì chúng cũng cố gắng giải thích tình trạng xung đột căng thẳng: nguyên nhân hoặc những nguyên nhân đã dẫn đến thế giằng co hạt nhân thời Chiến tranh Lạnh. Tôi không thể hiểu được bằng cách nào những hệ thống tín niệm lại quan trọng với con người tới mức họ sẵn sàng chấp nhận nguy cơ phá hủy thế giới chỉ để bảo vệ chúng. Tôi nhận ra con người sẽ dễ hiểu nhau hơn khi họ cùng chia sẻ một hệ thống tín niệm - và các hệ thống ấy không chỉ có niềm tin mà thôi.

Những người sống theo cùng một nguyên tắc đều có sự dễ đoán chung giống như nhau. Họ hành xử dựa vào những kỳ vọng và mong muốn của đối phương. Họ có thể hợp tác. Thậm chí họ có thể cạnh tranh trong hòa bình, vì mỗi người đều biết mình kỳ vọng điều gì ở tất cả những người khác. Một hệ thống tín niệm chung, một phần trong tâm lý, một phần trong hành động, sẽ đơn giản hóa tất cả mọi người - theo góc nhìn của chính họ và của người khác. Các niềm tin chung cũng đơn giản hóa thế giới, bởi con người biết nên kỳ vọng gì ở người khác và cùng hành động để chinh phục cả thế giới. Có thể không gì quan trọng hơn việc duy trì cách tổ chức này - tức sự đơn giản hóa này. Nếu nó bị đe dọa, "con thuyền" quốc gia vĩ đại sẽ bị rung chuyển.

Cũng không thật chính xác khi nói rằng con người sẽ đấu tranh cho những gì họ tin tưởng. Thay vì thế, họ sẽ đấu tranh để duy trì sự ăn khớp giữa những điều họ tin, những điều họ kỳ vọng với những điều họ khao khát. Họ cũng sẽ đấu tranh để duy trì sự ăn khớp giữa những gì họ kỳ vọng và cách mọi người hành động. Và chính việc duy trì sự ăn khớp ấy đã tạo cơ hội cho mọi người chung sống một cách hòa bình, dễ đoán và có năng

suất. Nó làm giảm bớt tình trạng không chắc chắn và sự rối ren hỗn loạn của những cảm xúc không thể dung thứ hiển nhiên hình thành từ sự không chắc chắn ấy.

Hãy tưởng tượng một người bị người tình mà họ tin tưởng phản bội. Một khế ước xã hội thiêng liêng giữa hai con người vừa bị xâm phạm. Hành động ghê gớm hơn cả lời nói, và một hành động phản bội sẽ đập tan sự yên bình mong manh được vun vén cẩn thận của một mối quan hệ mật thiết. Trong chuỗi hậu quả của sự bất nghĩa, con người bị những cảm xúc kinh khủng bủa vây: Ghê tởm, khinh miệt (đối với bản thân lẫn kẻ phản bội), tội lỗi, lo lắng, phẫn nộ và sợ hãi. Mâu thuẫn là điều không thể tránh khỏi và đôi khi nó mang đến hậu quả chết người. Các hệ thống tín niệm chung - hệ thống chung về tư cách và kỳ vọng được đồng thuận từ trước - giúp điều chỉnh và kiểm soát mọi tác động mạnh mẽ ấy. Chẳng có gì lạ khi con người đấu tranh bảo vệ những điều giúp họ an toàn giữa những cảm xúc hỗn loạn và kinh khủng (và tiếp theo đó là sự thoái hóa dẫn đến bất đồng và tranh chấp).

Và còn hơn thế nữa. Một hệ thống văn hóa chung sẽ ổn định mối tương tác của con người, nhưng đó cũng chính là một hệ thống giá trị - một hệ thống phân cấp giá trị, trong đó một số điều được xếp ưu tiên và quan trọng, còn số khác thì không. Khi thiếu đi hệ thống giá trị ấy, con người đơn giản là không thể hành động. Trên thực tế, họ thậm chí không thể lĩnh hội, vì cả hành vi lẫn nhận thức đều cần một mục tiêu và một mục tiêu đúng đắn phải là điều gì đó được xem trọng. Chúng ta trải nghiệm phần lớn những cảm xúc tích cực khi gắn với các mục tiêu. Nói đúng ra, chúng ta không hạnh phúc trừ khi nhận thấy bản thân đang tiến bộ - và ý nghĩ về sự tiến triển hàm chứa giá trị. Tuy nhiên, tệ hơn là một ý nghĩa

cuộc sống không hàm chứa giá trị tích cực thì cũng không đơn thuần trung dung. Vì chúng ta yếu đuối và tầm thường, nên nỗi đau đớn và sự lo lắng là một phần không thể thiếu đối với sự tồn vong của nhân loại. Chúng ta cần có điều gì đó để chống lại bản chất khổ đau nội tại của Hữu thể[7]. Chúng ta phải tìm thấy ý nghĩa vốn có trong một hệ thống giá trị sâu sắc, nếu không muốn bị nỗi kinh hoàng về sự tồn vong chi phối. Sau đó, chủ nghĩa hư vô sẽ vẫy gọi, đi kèm với nỗi tuyệt vọng và bất hạnh.

Do vậy: Không giá trị, không ý nghĩa. Song, giữa các hệ thống giá trị lại tồn tại khả năng mâu thuẫn. Chúng ta vì thế mà muôn đời vướng vào những tình huống "tiến thoái lưỡng nan" nhất: Việc mất niềm tin cốt lõi của nhóm sẽ khiến cuộc đời hỗn loạn, đau khổ và không chịu đựng nổi; còn sự tồn tại của niềm tin cốt lõi trong nhóm lại khiến mâu thuẫn giữa các nhóm với nhau là điều không thể tránh khỏi. Ở phương Tây, chúng ta đã thoát ly khỏi những nền văn hóa đặt trọng tâm vào truyền thống, tôn giáo và thậm chí quốc gia, một phần để giảm thiểu sự nguy hiểm của mâu thuẫn nhóm. Nhưng chúng ta lại ngày càng trở thành con mồi cho nỗi tuyệt vọng của sự vô nghĩa và điều đó không mang lại chút cải thiện nào.

Trong khi viết cuốn *Những tấm bản đồ của ý nghĩa*, tôi (cũng) đã bị thôi thúc bởi một nhận thức rằng chúng ta không thể cam chịu mâu thuẫn nữa - chắc chắn không phải với quy mô của những cuộc xung đột lớn trên thế giới ở thế kỷ XX. Những công nghệ hủy diệt của chúng ta đã trở nên quá mãnh liệt. Hậu quả tiềm tàng của chiến tranh có thể dẫn đến khải huyền đúng nghĩa. Nhưng chúng ta cũng không thể đơn giản từ bỏ các hệ thống giá trị, tín niệm và văn hóa. Tôi đã trăn trở vì vấn đề khó giải quyết này suốt hàng tháng trời. Liệu có tồn tại một cách thứ ba, mà tôi vẫn chưa nhìn ra hay không? Vào một đêm trong khoảng thời gian ấy, tôi đã mơ

thấy mình bị treo giữa không trung, bám chặt vào một chiếc đèn trần, lơ lửng cách mặt đất rất xa và ngay dưới mái vòm của một nhà thờ lớn bề thế. Mọi người đứng dưới sàn thật xa xôi và nhỏ bé. Và khoảng cách giữa tôi đến mọi bức tường - ngay cả đỉnh mái vòm - cũng vô cùng xa vời.

Tôi đã học cách chú ý đến những giấc mơ, đặc biệt là vì bản thân được đào tạo trở thành bác sĩ tâm lý lâm sàng. Những giấc mơ soi sáng các góc khuất nơi nguyên nhân vẫn còn là xa vời. Tôi cũng nghiên cứu kha khá về Ki-tô giáo (sâu hơn những truyền thống tôn giáo khác, mặc dù tôi luôn cố gắng bù đắp cho thiếu sót này). Vì thế, giống như mọi việc khác, tôi buộc phải trông cậy vào những gì mình biết hơn là những gì mình không biết. Tôi biết rằng các thánh đường được xây dựng dựa trên hình dáng cây thánh giá và điểm bên dưới mái vòm chính là trung tâm của thánh giá. Tôi biết cây thánh giá đồng thời là điểm khổ đau cùng cực, điểm diệt vong lẫn tái sinh và cũng là trung tâm biểu trưng của thế giới. Tôi không muốn bị treo ở đó tí nào. Tôi tìm cách leo xuống, thoát khỏi những tầng cao - thoát khỏi bầu trời biểu tượng - để trở về với mặt đất an toàn, quen thuộc và ẩn dật. Tôi không biết làm sao xuống được. Rồi vẫn trong giấc mơ của mình, tôi quay về phòng ngủ với chiếc giường quen thuộc và cố gắng ngủ lại, trở lại với sự vô thức bình yên. Nhưng trong lúc thả lỏng, tôi cảm thấy cơ thể mình bị dịch chuyển. Một cơn gió lớn đang cuốn tôi đi, chuẩn bị ném tôi về lại thánh đường và một lần nữa đặt tôi ở điểm trung tâm. Không có lối thoát nào. Đây đích thực là một cơn ác mộng. Tôi buộc bản thân phải tỉnh giấc. Những tấm màn sau lưng tôi đang phủ lên chiếc gối. Nửa tỉnh nửa mê, tôi nhìn xuống chân giường và lại thấy những cánh cửa thánh đường khổng lồ. Tôi vội cựa mình để tỉnh giấc hoàn toàn và chúng liền biến mất.

Giấc mơ đã đặt tôi vào trung tâm của Hữu thể và không có lối thoát

nào. Tôi phải mất vài tháng để hiểu được ý nghĩa của nó. Trong khoảng thời gian này, tôi đã nghiệm ra thực tế đầy đủ và cá nhân hơn về những gì mà những câu chuyện vĩ đại của quá khứ vẫn khăng khăng biểu thị: Phần trung tâm bị cá nhân chi phối. Trung tâm được đánh dấu bởi thánh giá, giống như chữ X đánh dấu một điểm vậy. Điều tồn tại ở điểm giao thoa ấy là sự khổ đau và biến đổi - và trên tất thảy, tôi phải chấp nhận sự thật ấy một cách tự nguyện. Điều khả thi là ta có thể vượt qua sự trung thành mù quáng với các giáo lý của nó, đồng thời vẫn tránh được thái cực đối lập của nó, tức thuyết hư vô. Thay vì thế, ta cũng có thể tự đi tìm ý nghĩa đầy đủ trong nhận thức và kinh nghiệm cá nhân.

Làm sao ta có thể giải phóng thế giới, một mặt khỏi tình cảnh tiên thoái lưỡng nan mâu thuẫn tồi tệ, mặt khác khỏi sự tan biến về mặt tâm lý và xã hội? Câu trả lời là: thông qua sự nâng tầm và phát triển của một cá nhân, thông qua việc mọi người sẵn sàng gánh lấy gánh nặng Hữu thể và bước trên con đường với lòng dũng cảm. Chúng ta phải đón nhận càng nhiều trách nhiệm càng tốt với cuộc sống cá nhân, xã hội và thế giới. Mỗi chúng ta phải nói lên sự thật và sửa chữa những điều đang tổn thương và đổ vỡ, tái tạo những điều xưa cũ và lỗi thời. Theo cách này, chúng ta có thể và nhất định phải giảm đi những khổ đau đang đầu độc cả thế giới. Điều này đòi hỏi rất nhiều. Nó đòi hỏi ta mọi thứ. Nhưng lựa chọn còn lại - nỗi kinh hoàng của tín niệm độc đoán, sự hỗn loạn của trạng thái sụp đổ, thảm họa bi thảm của thế giới tự nhiên buông thả, cảm giác lo lắng về sự tồn vong và sự yếu đuối của những cá nhân thiếu mục tiêu - rõ ràng là tệ hơn nhiều.

Tôi đã và đang suy nghĩ, giảng dạy về những ý tưởng trên suốt vài thập kỷ vừa qua. Tôi thu thập thành một tập bài viết kha khá về những câu chuyện và khái niệm liên quan đến chúng. Tuy nhiên, chưa giây phút nào

tôi khẳng định suy nghĩ của mình hoàn toàn đúng hay hoàn chỉnh. Hữu thể phức tạp hơn rất nhiều so với khả năng hiểu biết của bất cứ ai, và tôi cũng không nắm được toàn bộ câu chuyện. Tôi chỉ đơn giản đề xuất những điều tốt nhất mà tôi xoay xở được.

Dù sao chăng nữa, kết quả từ mọi nghiên cứu và suy nghĩ trước đây của tôi đã mang đến những tiểu luận mới và cuối cùng trở thành cuốn sách này. Ý tưởng ban đầu của tôi là viết một tiểu luận ngắn cho từng điều trong toàn bộ 40 câu trả lời mà tôi đã đăng trên Quora. Bản đề xuất ấy được nhà xuất bản Penguin Random House tại Canada chấp thuận. Tuy nhiên, trong lúc viết quyển sách, tôi cắt bớt số tiểu luận còn 25 bài, rồi còn 16 và cuối cùng là 12. Tôi chỉnh sửa phần còn lại đó với sự giúp đỡ và quan tâm từ biên tập viên chính thức của mình (cùng với sự phê bình nghiêm khắc và chính xác kinh khủng của Hurwitz, người mà tôi đã đề cập ở trên) trong suốt ba năm qua.

Cũng mất kha khá thời gian để thống nhất được cái tên 12 quy luật cuộc đời: *Thần dược cho cuộc sống hiện đại*. Tại sao cái tên này lại nổi bật hơn tất cả những cái tên khác? Trước nhất là vì nó rất đơn giản. Nó chỉ rõ rằng con người cần quy luật và trật tự, nếu không họ sẽ bị cuốn vào vòng xoáy hỗn loạn. Chúng ta yêu cầu phải có quy luật, tiêu chuẩn và giá trị - dù cho bản thân hay tập thể. Chúng ta là những sinh vật thồ hàng, mang trên mình những gánh nặng. Chúng ta phải mang vật nặng để biện minh cho sự tồn tại khốn khổ của mình. Chúng ta đòi hỏi lệ thường và truyền thống. Và đó chính là trật tự. Trật tự cũng có thể vượt quá giới hạn và điều này thì không hề tốt, nhưng hỗn loạn cũng có thể kéo ta xuống bùn lầy - và điều đó cũng không khả quan. Chúng ta cần vững bước trên một con đường mòn thẳng và hẹp. Mỗi quy luật trong số 12 quy luật của quyển

sách này - cùng các bài viết đi kèm với chúng - sẽ cung cấp một chỉ dẫn để đến nơi ấy. "Nơi ấy" chính là ranh giới thiêng liêng giữa trật tự và hỗn loạn. Đó là nơi đồng thời có sự ổn định, khám phá, biến đổi, khắc phục và hợp tác vừa đủ. Đó là nơi chúng ta tìm thấy ý nghĩa chứng minh cho cuộc sống và những khổ đau không thể tránh khỏi của nó. Có lẽ nếu sống đúng đắn, chúng ta sẽ chấp nhận được gánh nặng từ sự tự giác của mình. Có lẽ nếu sống đúng đắn, chúng ta sẽ giữ vững được hiểu biết về sự mong manh và tầm thường của con người, mà không cần phải đóng vai nạn nhân phiền muộn; để rồi sinh ra trước hết là sự oán hận, rồi đến ghen tuông, và sau đó nung nấu khát vọng trả thù và hủy diệt. Có lẽ nếu sống đúng đắn, chúng ta sẽ không phải quay sang nhờ cậy trạng thái chắc chắn của chế độ chuyên chế để bảo vệ bản thân khỏi những hiểu biết về sự bất toàn và vô tri. Có thể chúng ta sẽ tránh được những lối mòn dẫn thẳng xuống Địa Ngục - và chúng ta đã từng chứng kiến Địa Ngục thực sự trông như thế nào trong suốt thế kỷ XX kinh hoàng.

Tôi hy vọng những quy luật và các bài viết kèm với chúng sẽ giúp mọi người hiểu được điều họ đã thông suốt rằng: linh hồn của một cá nhân mãi khao khát chủ nghĩa anh hùng và Hữu thể chân chính, và rằng sự tự nguyện gánh vác trách nhiệm cũng giống hệt như quyết định sống một cuộc đời ý nghĩa.

Nếu mỗi người chúng ta sống đúng đắn, thì chúng ta sẽ lớn mạnh cùng nhau.

Xin dành tặng mọi lời chúc tốt đẹp nhất đến tất cả các bạn, những người đã đọc đến hết trang này.

Tiến sĩ **Jordan B. Peterson**

Bác sĩ Tâm lý và Giáo sư Tâm lý học

QUY LUẬT 1

ĐỨNG THẲNG HIÊN NGANG

TÔM HÙM - VÀ LÃNH THỔ

GIỐNG NHƯ BAO NGƯỜI KHÁC, bạn ít khi nghĩ đến những con tôm hùm - ngoại trừ lúc bạn đang thưởng thức nó. Tuy nhiên, loài giáp xác thú vị và ngon lành này rất đáng để chúng ta phải suy ngẫm. Hệ thần kinh của chúng tương đối đơn giản với các nơ-ron thần kinh lớn và dễ quan sát - quả là những tế bào não kỳ diệu. Chính vì thế, các nhà khoa học đã phác họa ra được mạch thần kinh của tôm hùm một cách chuẩn xác. Điều này giúp chúng ta hiểu được cấu trúc cũng như chức năng của não bộ và hành vi của các loài động vật phức tạp hơn, gồm cả con người. Tôm hùm có nhiều điểm chung với chúng ta hơn bạn nghĩ đấy (đặc biệt là những lúc bạn cảm thấy cáu gắt - ha ha).

Đáy đại dương là nơi cư ngụ của tôm hùm. Chúng cần một ngôi nhà dưới đáy biển, phạm vi mà chúng có thể săn mồi và nhặt nhạnh các mảnh vụn thức ăn xung quanh, hoặc bất kỳ tàn dư nào chìm xuống của những cuộc tàn sát giết chóc hỗn loạn không ngừng phía trên. Chúng muốn có một nơi an toàn, thuận lợi cho việc săn mồi và tụ họp. Chúng muốn một ngôi nhà.

Bởi có rất nhiều tôm hùm, nên có thể nảy sinh một vấn đề. Điều gì sẽ

xảy ra nếu như có hai con tôm hùm chiếm lĩnh cùng một lãnh thổ ở tận đáy đại dương vào cùng một thời điểm, và cả hai đều muốn sống ở đó? Điều gì sẽ xảy ra nếu có hàng trăm con tôm hùm cũng đang phải cố gắng kiếm sống và nuôi gia đình, trong cùng một trảng cát hay bãi đá thải đông đúc như thế?

Các sinh vật khác cũng đối mặt với vấn đề này. Ví dụ, khi những loài chim hét bay đến phương Bắc mỗi độ xuân về, chúng phải tham gia vào những cuộc giành giật lãnh thổ khốc liệt. Những bản nhạc du dương như rót vào tai người nghe một cảm giác yên bình đẹp đẽ, nhưng lại chính là tiếng còi báo động và hò reo thống trị. Khi con chim hét cất giọng cũng chính là một chiến binh nhỏ bé đang tuyên bố chủ quyền của mình. Hay ví dụ loài hồng tước, chúng là loài chim nhỏ biết hót, hiếu chiến và ăn côn trùng phổ biến ở Bắc Mỹ. Một con chim hồng tước mới đến muốn có một nơi trú ẩn để xây tổ và tránh mưa gió. Nó muốn tổ của mình gần nguồn thức ăn và thu hút những bạn tình tiềm năng. Nó cũng muốn khẳng định lãnh thổ của mình trước đối thủ để khiến chúng tránh xa.

NHỮNG CON CHIM - VÀ LÃNH THỔ

Cha và tôi đã thiết kế ngôi nhà cho một gia đình chim hồng tước hồi tôi mười tuổi. Nó trông như một toa xe có mái che lối vào phía trước chiếm khoảng 1/4 kích thước. Nhờ thế ngôi nhà này tốt đối với loài hồng tước - những chú chim bé nhỏ - và không thích hợp đối với những loài chim lớn khác, vì chúng không thể vào trong được. Người hàng xóm già của tôi cũng có một tổ chim, một ngôi nhà mà chúng tôi đã xây giúp bà ấy cùng lúc với tổ chim của chúng tôi, từ một chiếc ủng cao su đã cũ. Chiếc tổ có lối vào đủ lớn cho một chú chim cỡ chim cổ đỏ. Bà hồi hộp mong

chờ đến ngày chiếc tổ ấy sẽ có một chú chim đến ở.

Một chú hồng tước đã sớm phát hiện ra "ngôi nhà" của chúng tôi và chọn nơi đây làm cái tổ của mình. Chúng tôi đã nghe thấy tiếng hót ngân dài của chủ, lặp đi lặp lại suốt những ngày đầu xuân.

Ngay khi xây tổ trong toa xe có mái che ấy, vị khách nhỏ biết bay của chúng tôi cũng bắt đầu tha những que củi nhỏ đặt vào chiếc ủng của bà hàng xóm. Cậu chàng chất đầy đến nỗi những con chim khác, dù lớn hay nhỏ cũng không thể chui vào bên trong được. Bà hàng xóm chẳng mấy hài lòng với cú đột kích "rào trước" này, nhưng cũng không thể làm gì khác. "Nếu chúng ta lấy nó xuống", cha tôi nói, "lau dọn sạch sẽ và đặt nó lại trên cây thì cậu bạn hồng tước này cũng sẽ lại lấp đầy bằng những que củi ấy mà thôi". Hồng tước là loài chim nhỏ bé đáng yêu, nhưng không biết khoan nhượng chút nào.

Khi bị gãy chân do trượt tuyết vào mùa đông một năm trước đó - cũng là lần đầu tiên tôi trượt xuống đồi - tôi đã nhận được một ít tiền bảo hiểm ở trường dành cho những học sinh bị tai nạn do không may hoặc bất cẩn. Với số tiền nhận được, tôi đã tự mua cho mình chiếc máy ghi âm cát-xét (một phát minh công nghệ cao vào thời điểm ấy). Cha gợi ý tôi ngồi trên bãi cỏ và ghi lại bài hát của chú hồng tước, sau đó bật nghe lại và xem điều gì sẽ xảy ra. Vì vậy, tôi đã ra ngoài, bước về phía ánh nắng mặt trời tươi sáng của mùa xuân và dành vài phút thu lại tiếng hót của chú hồng tước khi chú đang cao giọng hùng hổ tuyên bố chủ quyền lãnh thổ của mình. Sau đó, tôi bật lại để chú nghe giọng của mình. Chú chim bé nhỏ chỉ bằng 1/3 kích thước của một con chim sẻ ấy bắt đầu bổ nhào xuống mổ tôi và chiếc máy cát-xét tới tấp, chao liệng liên hồi chỉ cách cái loa vài phân. Chúng tôi đã chứng kiến rất nhiều kiểu hành xử như thế, ngay cả khi

không có máy ghi âm. Nếu một con chim lớn hơn dám đậu và nghỉ ngơi trên bất kỳ cành cây nào gần tổ chim của chúng tôi, thì rất có khả năng nó sẽ bị chú "thần phong" hồng tước hất văng khỏi cành.

Vậy là, chim hồng tước và tôm hùm rất khác nhau. Tôm hùm không biết bay, hót hay đậu trên cành cây. Hồng tước thì lại có lông vũ thay vì vỏ cứng. Hồng tước cũng không thể thở dưới nước và hiếm khi bị đánh chén cùng với bơ. Nhưng chúng lại rất giống nhau ở những điểm quan trọng. Chẳng hạn, cả hai đều bị ám ảnh bởi địa vị và vị trí, giống như tất cả những sinh vật khác. Nhà động vật học kiêm nhà tâm lý học so sánh người Na Uy, Thorlief Schjelderup-Ebbe đã quan sát thấy (vào năm 1921) rằng ngay cả những đàn gà nuôi trong sân kho cũng thiết lập một "tôn ti trật tự" như vậy.

Việc xác định "Ai là Ai" trong thế giới loài gà có ý nghĩa quan trọng, đặc biệt là trong các thời điểm khan hiếm thức ăn. Những chú gà luôn được ưu tiên tiếp cận bất kỳ loại thức ăn nào được rắc ngoài sân vào buổi sớm được xem là gà "ngôi sao". Sau đó mới đến những "tuyển thủ dự bị", tới lũ a dua rồi đám bon chen. Tiếp theo, mới đến lũ gà hạng ba, cứ như vậy cho đến những con gà khốn khổ lông mào rũ rượi, thấp cổ bé họng và bị đồng bọn mổ đến xơ xác nằm ở bậc thấp nhất, dưới đáy sâu không thể chạm đến của thang cấp bậc loài gà.

Cũng giống như người dân sống ở ngoại thành, loài gà có cuộc sống cộng đồng. Còn những loài chim biết hót như hồng tước thì không như vậy, nhưng chúng vẫn quen với một trật tự thống trị. Nó chỉ lan rộng thêm trên nhiều lãnh thổ. Những con mưu mẹo nhất, khỏe nhất, mạnh nhất sẽ là những con may mắn nhất chiếm được và bảo vệ vùng lãnh thổ quan trọng. Nhờ thế, chúng có nhiều khả năng thu hút được bạn tình chất lượng hơn

để sản sinh ra những con chim non có khả năng sống sót và lớn mạnh. Sự bảo vệ khỏi gió mưa và các loài ăn thịt, cũng như việc dễ dàng tiếp cận với nguồn thực phẩm chất lượng hơn sẽ giúp chúng sinh tồn với ít áp lực hơn. Lãnh thổ rất quan trọng và hầu như không có sự khác biệt giữa chủ quyền lãnh thổ với địa vị xã hội. Đó thường là vấn đề giữa sống và chết.

Nếu có một căn bệnh truyền nhiễm từ chim quét qua khu vực nơi có những loài chim hót (được phân tầng rõ rệt) đang cư ngụ, thì những con chim yếu thế nhất, chịu nhiều áp lực nhất và chiếm vị thế thấp nhất của thế giới loài chim sẽ có nguy cơ nhiễm bệnh và chết cao nhất. Điều này cũng đúng với các khu dân cư của loài người, khi virus cúm gia cầm hay các loại bệnh khác xảy ra: Những người nghèo khổ, sống trong căng thẳng luôn là người chết trước và ở số lượng lớn hơn. Họ cũng dễ mắc các bệnh không truyền nhiễm nhiều hơn, chẳng hạn như ung thư, tiểu đường hay bệnh tim. Giả sử khi tầng lớp quý tộc bị cảm lạnh, thì giai cấp lao động sẽ bị chết vì viêm phổi.

Vì lãnh thổ rất quan trọng và vì luôn thiếu hụt nơi sống lý tưởng nhất, nên mới xảy ra xung đột giữa các loài động vật khi tìm kiếm lãnh thổ cư ngụ. Xung đột lại tạo nên một vấn đề khác: Làm thế nào để chiến thắng hoặc thất bại mà các bên bất hòa không phải gánh chịu tổn thất quá lớn. Vấn đề theo sau này mới là điều hết sức quan trọng. Hãy hình dung hai chú chim cùng lao vào cuộc tranh giành nhau một khu vực làm tổ đáng mong ước. Sự tương tác này có thể dễ dàng triệt thoái thành cuộc đọ sức thẳng thừng. Trong hoàn cảnh như vậy, sẽ có một con chim, thường là con lớn nhất, giành chiến thắng cuối cùng - nhưng ngay cả kẻ chiến thắng cũng có thể bị thương trong cuộc đấu. Điều đó đồng nghĩa một chú chim thứ ba chưa chịu bất kỳ thiệt hại nào, một kẻ ngoài cuộc thận trọng, có thể

nhảy vào chớp lấy cơ hội đánh bại chú chim kia. Và đó không phải là ý hay đối với hai chú chim đầu tiên.

XUNG ĐỘT - VÀ LÃNH THỔ

Trong hàng thiên niên kỷ, các loài động vật phải chung sống với nhau trong cùng những lãnh thổ và sau cùng đã học được nhiều chiêu thuật trong việc thiết lập sự thống trị, đồng thời mạo hiểm với mức độ tổn hại thấp nhất có thể. Ví dụ, một con sói bại trận sẽ cuộn tròn lưng lại, để lộ cổ họng của mình về phía kẻ chiến thắng, để đối phương không thèm hạ cố xé nát họng nó. Xét cho cùng, con sói thống trị vẫn cần có đồng loại cùng săn mồi trong tương lai, ngay cả nếu đó là một kẻ đáng thương hại như kẻ thù nó vừa đánh bại. Kỳ đà châu Úc là loài thằn lằn đặc biệt sống theo bầy đàn, chúng thường nhẹ nhàng hươ chân trước của mình với nhau để thể hiện mong muốn tiếp tục duy trì mối hòa hảo xã hội. Cá heo thì tạo ra các sóng âm đặc thù trong khi săn mồi và trong những thời điểm phấn khích khác, nhằm làm giảm xung đột tiềm tàng giữa các thành viên của nhóm "thống trị" và nhóm "bị trị". Đây là hành động đặc hữu trong cộng đồng của các vật thể sống.

Những con tôm hùm đang bò hối hả dưới đáy đại dương kia cũng không ngoại lệ. Nếu bắt vài chục con và chuyển chúng đến một địa điểm mới, bạn có thể quan sát những nghi thức và kỹ thuật định hình địa vị của chúng. Mỗi con tôm hùm sẽ bắt đầu khám phá lãnh thổ mới, một phần để lập bản đồ chi tiết và một phần để tìm một nơi trú ẩn tốt. Tôm hùm tìm hiểu rất nhiều về nơi chúng sinh sống và biết ghi nhớ những gì mình học được. Nếu một con ở gần hang của nó hoảng sợ, nó sẽ nhanh chóng thụt người lại và trốn vào hang. Tuy nhiên, nếu bạn dọa chúng ở một chỗ xa,

chúng sẽ ngay lập tức búng người về phía nơi trú ẩn thích hợp gần nhất - nơi chúng đã xác định từ trước và vẫn nhớ đến lúc này.

Tôm hùm cần một nơi trú ẩn an toàn để nghỉ ngơi, thoát khỏi những động vật ăn thịt khác cũng như các thế lực tự nhiên. Hơn nữa, khi tôm hùm phát triển, chúng sẽ lột xác, vỏ của chúng sẽ rơi ra, khiến chúng trở nên mềm yếu và dễ bị tổn thương trong một khoảng thời gian dài. Một cái hốc dưới tảng đá sẽ là ngôi nhà rất tốt cho tôm hùm, đặc biệt nếu nó tọa lạc ở nơi tôm hùm có thể kéo các mảnh vỏ và mảnh vụn khác để che đậy lối vào, trong lúc náu mình ấm áp bên trong. Tuy nhiên, chỉ có một số lượng rất nhỏ những nơi trú ẩn hoặc náu mình chất lượng cao tại một lãnh thổ mới. Chúng rất khan hiếm và quý giá. Và những con tôm hùm khác cũng liên tục săn tìm chúng.

Điều này dẫn đến việc những con tôm hùm sẽ thường xuyên chạm trán với nhau khi chúng ra ngoài khám phá. Các nhà nghiên cứu đã chứng minh rằng ngay cả một con tôm hùm lớn lên trong môi trường bị cô lập cũng biết phải làm gì khi điều này xảy ra. Các hành vi phòng thủ và tấn công phức tạp của nó đã được lập trình sẵn trong hệ thống thần kinh. Nó bắt đầu búng nhảy xung quanh như một võ sĩ quyền Anh, mở đôi càng ra và giương cao lên, di chuyển trước sau, trái phải, bắt chước đối thủ rồi huơ cặp càng loạn xạ. Cùng lúc đó, nó tận dụng chiếc vòi phun đặc biệt của mình ở dưới mắt để phóng dòng chất lỏng trực tiếp vào đối thủ. Chất lỏng được phun ra có chứa một hỗn hợp các hóa chất giúp đối phương biết được kích cỡ, giới tính, sức mạnh và tính khí của nó.

Đôi khi, một con tôm hùm có thể lập tức nhận biết kích thước càng của mình nhỏ hơn nhiều so với đối thủ, nên nó rút lui không tham chiến nữa. Thông tin hóa học được trao đổi trong chiếc vòi phun này cũng có tác dụng

tương tự nhằm thuyết phục những con yếu và kém hung hăng hơn phải nhường bước. Đó là cách giải quyết tranh chấp Cấp độ 1. Tuy nhiên, nếu hai con tôm hùm có bề ngoài xấp xỉ nhau về kích thước cũng như thể chất, hoặc nếu việc trao đổi chất dịch không cung cấp đủ thông tin cần thiết, thì chúng sẽ tiến hành giải quyết tranh chấp ở Cấp độ 2. Với chiếc râu ăng-ten vụt lên xuống điên cuồng và cặp càng quặp xuống, cứ con này tiến lên thì con kia sẽ lùi lại. Sau đó, con phòng thủ sẽ tiến lên và con vừa sấn tới sẽ lùi lại. Sau một vài lần hành động như thế, con tôm hùm kém tự tin hơn có thể sẽ nghĩ rằng cứ tiếp tục thì sẽ không đạt được kết quả nào. Nó sẽ phản xạ búng đuôi về hướng ngược lại, thối lui về sau và biến mất, để rồi tiếp tục thử vận may ở một nơi khác. Tuy nhiên, nếu không con nào lẩn đi, thì chúng sẽ chuyển lên Cấp độ 3 và đây mới là cuộc đọ sức đúng nghĩa.

Lần này, những con tôm hùm điên tiết sẽ lao vào nhau một cách dữ dội, với cặp càng mở rộng để quắp lấy nhau. Con này cố quất vào lưng con kia. Con bị dính đòn sẽ kết luận rằng đối thủ của nó có khả năng gây ra tổn thương nghiêm trọng. Nhìn chung, nó sẽ từ bỏ và rời đi (mặc dù nó phải kìm nén nỗi oán giận và những lời bàn tán không hồi kết về kẻ chiến thắng sau lưng). Nếu không con nào đánh bại đối phương - hoặc con bị quất vẫn không bỏ cuộc - thì hai con tôm hùm sẽ chuyển sang Cấp độ 4. Nếu làm thế, chúng sẽ phải chịu rủi ro rất lớn và do đó không thể hành động khinh suất: Một hoặc cả hai con tôm hùm sẽ bị thương trong cuộc đụng độ tiếp theo, thậm chí tử vong.

Hai con vật tiến về phía nhau với tốc độ ngày càng nhanh. Những chiếc càng mở ra để kẹp lấy chân, râu ăng-ten, mắt hoặc bất kỳ phần nào phô ra ngoài và dễ tổn thương của đối phương. Khi một phần cơ thể hoàn

toàn bị tóm chặt, con đang tóm sẽ búng mạnh đuôi về phía sau, với chiếc càng vẫn kẹp chặt và cố gắng xé đối phương làm đôi. Những cuộc xung đột leo thang đến thời điểm này thường sẽ phân định kẻ thắng kẻ thua rõ ràng. Con thua cuộc sẽ khó có thể sống sót, đặc biệt nếu nó vẫn nằm trong vùng lãnh thổ bị kẻ chiến thắng - mà giờ đã là tử thù của nó - chiếm được.

Do những hậu quả của cuộc bại trận, bất kể từng hung hăng ra sao, con tôm hùm cũng không còn muốn tranh đấu nữa, thậm chí cả khi đối đầu với một con khác từng là bại tướng của nó. Thường thì một con chiến bại sẽ mất hết tự tin trong vài ngày. Thỉnh thoảng, thất bại còn gây nhiều hậu quả ghê gớm hơn. Nếu một con tôm hùm "thống trị" bị đả bại một cách thảm hại, thì về cơ bản não bộ của nó sẽ bị phân hủy. Sau đó, nó sẽ phát triển một bộ não phụ mới phù hợp với vị trí thấp kém hơn của nó. Bộ não ban đầu của nó đơn giản là không đủ tinh vi để chịu được cảnh "từ voi xuống chó" mà không phân hủy hoàn toàn và tái sinh. Bất cứ ai đã từng trải qua sự lột xác đau đớn sau một chấn thương nặng nề trong tình cảm hay sự nghiệp đầu sẽ cảm nhận được sự tương đồng giống như vậy với loài giáp xác từng một thời thành công.

HÓA THẦN KINH HỌC VỀ THẤT BẠI VÀ CHIẾN THẮNG

Chất hóa học trong não bộ của con tôm hùm chiến bại khác biệt đáng kể so với của con chiến thắng. Nó phản ánh những điệu bộ tương quan của chúng. Việc một con tôm hùm tỏ ra tự tin hay yếu đuối phụ thuộc vào tỷ lệ hai loại hóa chất điều chỉnh vấn đề giao tiếp giữa các nơ-ron thần kinh của tôm hùm: Serotonin[8] và octopamine[9]. Chiến thắng sẽ làm tăng tỷ lệ serotonin so với octopamine.

Con tôm hùm nào có hàm lượng serotonin cao và octopamine thấp sẽ

hung hăng, tỏ vẻ khệnh khạng và hiếm khi thoái lui khi bị thách thức. Điều này xảy ra do chất serotonin giúp điều chỉnh khả năng uốn cong dáng người. Một con tôm khi uốn cong mình sẽ kéo căng những bộ phận phụ trên cơ thể, khiến chúng trông có vẻ to lớn và đáng sợ, giống như diễn viên nổi tiếng Clint Eastwood trong một bộ phim Viễn Tây bạo lực vậy. Khi một con tôm hùm vừa bại trận được tiếp xúc với chất serotonin, nó sẽ căng mình, tấn công cả những con thắng cuộc trước đó và chiến đấu dũng mãnh hơn, ngoan cường hơn. Những loại thuốc được kê cho các bệnh nhân trầm cảm thường là những chất ức chế tái hấp thu serotonin đã qua chọn lọc, với tác dụng hóa học và hành vi tương tự. Việc thuốc Prozac[10] khiến cho những con tôm hùm bị kích động là một trong những minh chứng đáng kinh ngạc hơn cả về sự tiến hóa không ngừng của sự sống trên Trái đất.

Hàm lượng serotonin cao hoặc octopamine thấp là đặc tính của kẻ chiến thắng. Hình trạng hóa học thần kinh đối lập, tức tỷ lệ octopamine cao hơn so với serotonin, sẽ sinh ra những con tôm hùm thất bại, với vẻ ngoài gượng gạo, rụt rè, ủ rũ và lẩn tránh, thường núp vào những góc khuất trên lối đi và nhanh chóng mất tăm trước dấu hiệu rắc rối đầu tiên. Serotonin và octopamine cũng điều chỉnh phản xạ búng đuôi, giúp tôm hùm đẩy người nhanh chóng về phía sau khi cần thoát hiểm. Cần phải giảm sự khiêu khích để kích hoạt phản xạ ấy ở một con tôm hùm bại trận. Bạn có thể thấy phản ứng tương đồng trong phản xạ giật mình cao độ đặc trưng của một binh sĩ, hoặc một đứa trẻ mắc hội chứng trầm cảm sau chấn thương.

NGUYÊN TẮC PHÂN PHỐI BẤT BÌNH ĐẲNG

Khi một con tôm hùm bại trận lấy lại được lòng can đảm và dám tái đấu, thì nó rất có khả năng sẽ thất bại thêm (như bạn có thể đoán và chiếu theo thống kê) do tổng kết quả từ những cuộc chiến trước. Mặt khác, đối thủ chiến thắng của nó lại có nhiều khả năng thắng thế hơn. Đó là thực tế "được ăn cả, ngã về không" trong thế giới tôm hùm, giống như trong xã hội loài người, nơi 1% đứng đầu hưởng lợi ngang với 50% dưới đáy - và 85 người giàu nhất có tổng tài sản bằng 3 tỉ rưỡi người nghèo nhất.

Nguyên lý phân phối bất bình đẳng tàn nhẫn ấy cũng đúng ở phạm vi ngoài lĩnh vực tài chính - thực ra là ở bất kỳ đâu cần đến khâu sản xuất sáng tạo. Phần lớn các chuyên luận khoa học được công bố bởi một nhóm nhỏ các nhà khoa học. Một phần rất nhỏ các nhạc sĩ lại cho ra đời hầu hết mọi ấn phẩm âm nhạc thương mại. Cũng như một cơ số ít tác giả lại bán được toàn bộ số sách. Một triệu rưỡi cuốn sách có nhan đề(!) được bán ra mỗi năm tại Mỹ. Tuy nhiên, chỉ có 500 cuốn trong số đó bán được hơn 100 nghìn bản. Tương tự, chỉ có bốn nhà soạn nhạc cổ điển (Bach, Beethoven, Mozart và Tchaikovsky) sáng tác hầu hết các tác phẩm âm nhạc cho những dàn nhạc hiện đại biểu diễn. Về phần Bach, ông sáng tác nhiều đến nỗi phải mất đến hàng thập kỷ sau người ta mới chép tay hết các nhạc phổ của ông, nhưng chỉ một phần nhỏ trong loạt thành tựu phi thường này được biểu diễn thường xuyên. Tương tự đối với thành tựu của ba thành viên còn lại trong nhóm này: Chỉ một phần nhỏ tác phẩm của họ được biểu diễn rộng rãi. Do vậy, một phần nhỏ tác phẩm âm nhạc do một số ít các nhà soạn nhạc cổ điển sáng tác - những người soạn ra hầu hết mọi tác phẩm âm nhạc cổ điển - được thế giới biết đến và yêu mến.

Nguyên tắc này đôi khi được gọi là Luật Price, sau khi Derek J. de Solla Price, một nhà nghiên cứu phát hiện ra ứng dụng khoa học của nó

vào năm 1963. Nó có thể được biểu diễn bằng cách sử dụng một đồ thị hình chữ L, với số lượng người ở trục tung và năng suất hoặc tài nguyên ở trục hoành. Nguyên tắc căn bản này đã được khám phá từ sớm hơn thế. Vilfredo Pareto (1848-1923), một học giả người Ý, đã chú ý đến khả năng ứng dụng của việc phân phối tài sản vào đầu thế kỷ XX. Và nó có vẻ đúng với mọi hình thái từng được nghiên cứu, nếu không tính đến hình thái chính phủ. Nó cũng được áp dụng cho dân số của những thành phố (một số ít thành phố là nơi cư ngụ của hầu hết mọi người dân), khối lượng của các thiên thể (chỉ một số lượng nhỏ gây nên mọi vấn đề) hay tần suất xuất hiện của các từ trong một ngôn ngữ (90% trường hợp giao tiếp chỉ sử dụng 500 từ) và nhiều ví dụ khác nữa. Đôi khi nó còn được gọi là Nguyên lý Ma-thi-ơ (dựa theo Phúc âm Ma-thi-ơ 25:29), bắt nguồn từ tuyên bố thẳng thừng nhất được cho là của Chúa Giê-su: "*Phàm những ai đã có mọi thứ, hắn sẽ được trao tặng nhiều hơn; phàm những ai không có gì, hắn sẽ bị tước đi mọi thứ*."

Bạn sẽ biết mình thực sự là Con của Chúa khi châm ngôn của bạn đúng cả với những loài giáp xác.

Quay trở lại với loài giáp xác cứng đầu: Chẳng mấy chốc mà tôm hùm thử thách lẫn nhau để hiểu được rằng kẻ nào chúng có thể gây chuyện và kẻ nào cần tránh xa. Và một khi chúng đã học được rồi, thì hệ thống phân cấp sau cùng sẽ cực kỳ vững chắc. Tất cả những gì con chiến thắng cần làm một khi đã chiến thắng là lắc lư cặp râu của mình một cách đầy đe dọa và đối thủ trước mặt sẽ biến mất vào trong lớp cát ngay trước mắt nó. Con tôm hùm yếu hơn sẽ không cố đấu nữa, mà chấp nhận địa vị thấp kém của mình và giữ rịt lấy trứng của nó bên mình. Ngược lại, đối với những con tôm hùm hàng đầu - những con chiếm được nơi trú ẩn tốt nhất, dành chút

thời gian nghỉ ngơi rồi xơi trọn một bữa ăn ngon - chúng sẽ phô trương sự thống trị quanh lãnh thổ của mình, kích động những con tôm hùm hạ cấp từ nơi trú ẩn của chúng vào ban đêm, để nhắc nhở đối phương rằng ai mới là "ông trùm".

TẤT CẢ NHỮNG CON CÁI

Tất cả những con tôm hùm cái (chúng vẫn phải chiến đấu cực khổ để tranh giành lãnh thổ trong những giai đoạn sinh sản để tồn tại) sẽ nhanh chóng xác định được con tôm đực đứng đầu và bị anh chàng này cuốn hút đến không cưỡng lại nổi. Cá nhân tôi thấy rằng đây quả thực là một chiến thuật tài tình. Các con cái của những loài khác cũng sử dụng chiến thuật này, kể cả con người. Thay vì phải mất công tính toán khó khăn để xác định đâu là người đàn ông tốt nhất, các cô gái sẽ ném bài toán ra ngoài cho những "phép tính máy móc" của hệ thống cấp bậc giải đáp. Họ để cho cánh đàn ông chiến đấu với nhau rồi chọn ra nhân tình cho mình từ trên xuống. Điều này cũng giống như việc định giá trong thị trường chứng khoán, nơi giá trị của một doanh nghiệp bất kỳ được xác định thông qua sự cạnh tranh với các doanh nghiệp khác.

Khi con cái đã sẵn sàng thay vỏ và trở nên mềm hơn đôi chút, chúng bắt đầu có hứng thú giao phối. Chúng bắt đầu bám quanh nơi ở của những con tôm đực "thống trị", tỏa ra những mùi hương hấp dẫn, kích thích tính dục và cố quyến rũ bạn tình. Do sự hung hăng đã giúp con đực này thành công, nên nhiều khả năng nó sẽ hành xử theo cách chi phối và khiến đối phương không cưỡng lại được. Hơn nữa, nó còn to lớn, khỏe mạnh và hùng dũng. Thật không dễ thay đổi sự chú ý của nó từ trạng trái chiến đấu sang giao phối. (Tuy nhiên nếu bị quyến rũ đúng cách, nó sẽ thay đổi cách

cư xử của mình đối với con cái. Đây chính là tác phẩm *Năm mươi sắc thái (Fifty of Grey)* phiên bản tôm hùm, cuốn sách bán nhanh nhất mọi thời đại và cũng là nguyên mẫu của chuyện tình "Người dẹp và Quái vật". Đây là khuôn mẫu của kiểu hành vi được chú trọng thể hiện lập đi lặp lại trong những tác phẩm văn học viễn tưởng về đề tài tình dục phổ biến ở phụ nữ, cũng giống như những bức ảnh khỏa thân khiêu gợi của phụ nữ đối với đàn ông.)

Tuy nhiên, cần phải chỉ ra rằng sức mạnh thể chất tuyệt vời là căn cứ thiếu vững chắc để tìm ra sự thống trị lâu dài, như nhà nghiên cứu linh trưởng người Hà Lan, Frans de Waal đã khổ công chứng minh. Trong số những bầy tinh tinh mà ông nghiên cứu, những con đực thành công lâu dài hơn đã phải củng cố giai đoạn phát triển thể chất của chúng bằng các thuộc tính phức tạp hơn. Ngay cả một con tinh tinh hung bạo nhất rốt cuộc vẫn có thể bị hai đối thủ hạ gục, với kích thước mỗi con bằng 3/4 nó. Kết quả là những con đực giữ được vị trí đầu đàn lâu hơn là những con tạo dựng được những mối quan hệ tương hỗ với những đồng loại có địa vị thấp hơn, cũng như chú ý kỹ đến các con cái và con non. Mánh khóe chính trị "hôn trẻ con[11]" thực ra đã có lịch sử hàng triệu năm. Nhưng tôm hùm vẫn là loài tương đối nguyên sơ, nên các yếu tố trần trụi trong câu truyện "Người đẹp và Quái vật" đơn thuần rất phù hợp với chúng.

Một khi "Quái vật" đã bị mê hoặc thành công, con cái "trúng mánh" ấy sẽ lột trần, cởi bỏ đi lớp vỏ cứng cáp của nó để làm mềm thân thể trong tình trạng rất nguy hiểm, trở nên mong manh và sẵn sàng giao phối. Ngay tại thời điểm ấy, con đực sẽ biến thành một người bạn tình chu đáo, đặt túi tinh dịch của mình vào chỗ chứa thích hợp. Sau đó, con cái sẽ nán lại đây vài tuần cho đến khi cứng cáp hơn (một hiện tượng nữa không hề xa lạ

đối với con người). Trong giai đoạn thảnh thơi này, chúng sẽ quay trở lại nơi ẩn náu của mình cùng với những quả trứng đã được thụ tinh. Lúc này, sẽ có một con tôm cái khác thử làm điều tương tự… Con đực thống trị với điệu bộ nghiêm trang và tự tin không chỉ có được một nơi ở đắc địa và dễ dàng tiến vào các khu vực săn mồi nhất, mà nó còn chiếm được tất cả những con cái. Thành công sẽ đáng giá hơn gấp bội nếu bạn là một con tôm hùm và là một con đực.

Nhưng tại sao tất cả những điều này lại liên quan với nhau? Có vô vàn lý do rất đỗi ngạc nhiên, ngoại trừ những lý do hiển nhiên đến khôi hài. Thứ nhất, chúng ta đều biết rằng tôm hùm đã xuất hiện trên Trái đất từ hơn 350 triệu năm trước, dù dưới dạng này hay dạng khác. Đây là một quãng thời gian rất dài. Cách đây 65 triệu năm, Trái đất vẫn còn khủng long. Đó là một quá khứ xa xăm mà chúng ta không tài nào tưởng tượng nổi. Tuy nhiên, đối với tôm hùm, khủng long là lũ nhà giàu mới phất. Chúng xuất hiện và biến mất trong dòng chảy gần như vĩnh cửu của thời gian. Điều này có nghĩa là các hệ thống cấp bậc thống trị là nét đặc trưng trường cửu cơ bản của môi trường, nơi mọi dạng sống phức tạp đều đã thích nghi. Ba tỉ năm trước, hệ thống não bộ và thần kinh của chúng tương đối đơn giản. Tuy vậy, chúng đã có được cấu trúc và nền tảng hóa học thần kinh cần thiết để xử lý thông tin về địa vị và xã hội. Tầm quan trọng của sự thật này không hề được phóng đại.

BẢN CHẤT CỦA TỰ NHIÊN

Có một sự thật hiển nhiên là: Quá trình tiến hóa mang tính bảo thủ. Khi có thứ gì đó phát triển, nó phải được xây dựng dựa trên những gì tự nhiên đã ban tặng. Khi những đặc tính mới được thêm vào, các đặc tính cũ có thể

trải qua sự biến đổi nào đó, nhưng hầu hết mọi thứ vẫn giữ nguyên. Đó là lý do đôi cánh của loài dơi, bàn tay của con người và vây của cá voi lại có cấu trúc xương trông giống nhau một cách lạ lùng. Thậm chí, cả ba đều có cùng số lượng xương. Sự tiến hóa đã đặt nền móng cho sinh lý học cơ bản cách đây rất lâu.

Các công trình tiến hóa hiện nay đa phần đều thông qua sự biến đổi và chọn lọc tự nhiên. Sự biến đổi xảy đến vì nhiều lý do, bao gồm xáo trộn gien (nói một cách đơn giản) và đột biến ngẫu nhiên. Các cá thể biến đổi khác nhau trong cùng một loài cũng do các nguyên nhân tương tự. Theo thời gian, tự nhiên sẽ chọn ra những cách biến đổi tốt nhất trong số chúng. Lý thuyết trên dường như đã giải thích cho sự biến đổi liên tục của các dạng sống qua nhiều thời đại. Nhưng có một câu hỏi bổ sung vẫn nằm khuất bên dưới: "Tự nhiên" trong "chọn lọc tự nhiên" chính xác là gì? "Môi trường" mà động vật thích nghi đích thị là thế nào? Chúng ta đã đưa ra nhiều giả định về tự nhiên - về môi trường - và chúng đều để lại hậu quả. Mark Twain từng nói: "*Không phải điều ta không biết khiến ta gặp rắc rối, mà chính những điều ta biết chắc là không phải như vậy*."

Đầu tiên, rất dễ giả định rằng "tự nhiên" là điều gì đó có bản chất - điều gì đó tĩnh tại. Nhưng không phải thế: Chí ít là không hề đơn giản như thế. Tự nhiên đồng thời vừa tĩnh tại vừa sôi nổi. Môi trường - hay cái "tự nhiên" có khả năng chọn lọc - sẽ tự biến đổi. Các biểu tượng âm dương trứ danh của Đạo gia nắm bắt điều này rất hay. Đối với các Đạo gia, Hữu thể - hay chính thực tại - được hợp thành từ hai nguyên lý đối lập nhau, thường được diễn giải là giống đực và giống cái, hoặc thậm chí hẹp hơn là nam và nữ. Tuy nhiên, âm và dương được hiểu chính xác hơn là hỗn loạn và trật tự. Biểu tượng của Đạo gia là một vòng tròn khép kín với hai con rắn có

đầu và đuôi đối nhau. Con rắn đen là biểu tượng cho sự hỗn loạn, có một chấm trắng trên đầu. Còn con rắn trắng biểu tượng cho trật tự, nhưng lại có một chấm đen trên đầu. Điều này là do hỗn loạn và trật tự có thể hoán đổi cho nhau, cũng như luôn kề cận nhau đến muôn đời. Không có gì chắc chắn và bất biến. Thậm chí, Mặt trời cũng có những chu kỳ bất ổn của nó. Tương tự, không có gì tùy biến đến mức không thể cố định lại được. Mỗi cuộc cách mạng lại tạo ra một trật tự mới. Mỗi cái chết đồng thời cũng là một sự biến đổi.

Việc xem tự nhiên là tĩnh tại hoàn toàn có thể gây nên những nhận thức sai lầm nghiêm trọng. Tự nhiên là "chọn lọc". Ý tưởng *chọn lọc* chứa đựng những hàm ý bên trong ý tưởng *phù hợp*. Chính "sự phù hợp" mới được "chọn lọc". Nói đơn giản, sự phù hợp là khả năng mà một sinh vật nhất định cho ra đời những thế hệ sau (tức nhân rộng gien di truyền của nó theo thời gian). Do đó, yếu tố "phù hợp" trong "sự phù hợp" là sự hòa hợp các thuộc tính của sinh vật với đòi hỏi của môi trường. Nếu sự đòi hỏi đó được quy là tĩnh - cùng với tự nhiên được định nghĩa vĩnh cửu và bất biến - thì sự tiến hóa sẽ là hàng loạt những cải tiến theo tuần tự không ngừng nghỉ và sự phù hợp là điều gì đó có thể được ước chừng chính xác hơn theo thời gian. Ý tưởng về tiến trình tiến hóa thường hằng của triều đại Victoria[12], trong đó con người đứng trên đỉnh, là hậu quả một phần từ mô hình tự nhiên này. Nó tạo nên quan niệm sai lầm rằng có một đích đến cho khâu chọn lọc tự nhiên (tăng cường sự phù hợp với môi trường) và đích đến ấy được khái niệm hóa như một điểm cố định.

Nhưng tự nhiên, tức tác nhân chọn lọc, không phải là bộ chọn lọc tĩnh - không hề theo nghĩa đơn giản như thế. Tự nhiên khoác lên vẻ ngoài khác nhau trong mỗi hoàn cảnh. Sự thay đổi của tự nhiên giống như một bản

nhạc - và điều đó phần nào giải thích tại sao âm nhạc lại tạo ra những hàm ý sâu sắc về mặt ý nghĩa. Khi môi trường ủng hộ công cuộc biến đổi hay thay đổi của một loài sinh vật, thì các đặc tính tạo nên một cá thể thành công trong việc tồn tại và sinh sản cũng biến đổi và thay đổi theo. Do đó, thuyết chọn lọc tự nhiên không ấn định rõ các sinh vật phù hợp với một khuôn mẫu cụ thể nào do thế giới quy định. Thế nên, có nhiều sinh vật đang "nhảy múa" cùng với tự nhiên hơn, mặc dù đó là một vũ điệu chết chóc. "Trong vương quốc của ta", như Nữ hoàng Đỏ trong tác phẩm *Alice ở xứ sở thần tiên (Alice in Wonderland)* đã nói, "ngươi phải chạy nhanh nhất để ở nguyên một chỗ". Không ai giậm chân tại chỗ mà chiến thắng được, bất kể kẻ đó có thể chất khỏe mạnh thế nào chăng nữa.

Tự nhiên cũng không hẳn là sôi nổi. Một số thứ thay đổi nhanh chóng, nhưng chúng lại trú nấp trong những thứ khác ít thay đổi hơn (âm nhạc cũng thường phỏng theo nguyên mẫu này). Lá thay đổi nhanh hơn cây và cây lại thay đổi nhanh hơn rừng. Thời tiết thay đổi nhanh hơn khí hậu. Nếu không phải thế, thì cơ chế bảo thủ của quá trình tiến hóa sẽ không hữu hiệu, như hình thái học cơ bản của cánh tay và bàn tay cũng phải thay đổi nhanh tương đương với chiều dài xương cánh tay và chức năng của ngón tay. Đó là sự hỗn loạn trong trật tự, bên trong hỗn loạn và bên trong một trật tự cao hơn nữa. Trật tự chân thực nhất phải là trật tự bất biến nhất - và nó cũng không nhất thiết phải là trật tự dễ thấy nhất. Khi nhìn lá, ta sẽ không thấy cây. Khi nhìn cây, ta sẽ không thấy rừng. Và cũng có một số điều chân thực nhất (chẳng hạn như một hệ thống cấp bậc luôn hiện diện) lại hoàn toàn không "thấy" được.

Khái niệm hóa tự nhiên theo hướng viển vông cũng là một sai lầm. Cư dân thành thị hiện đại, giàu có bị bao quanh bởi lớp bê-tông nóng bức như

nung; họ hình dung môi trường là thứ gì đó nguyên sơ và như Thiên Đường, giống như phong cảnh theo trường phái ấn tượng của nước Pháp. Thậm chí, các nhà sinh thái học còn duy tâm hơn trong quan điểm của họ, khi hình dung rằng tự nhiên là trạng thái cân bằng hài hòa và hoàn hảo, không hề có sự tác động và tàn phá của nhân loại. Thật không may thay, "môi trường" cũng là những con trùng Guinea gây bệnh phù chân voi (xin đừng hỏi thêm), muỗi anopheles gây bệnh sốt rét, những cơn hạn hán gây ra nạn đói, bệnh AIDS và đại dịch Cái Chết Đen[13]. Chúng ta không hề mơ mộng viển vông về những khía cạnh "tráng lệ" này của tự nhiên, mặc dù chúng cũng sống động hệt như cảnh vật trên vườn địa đàng vậy. Tất nhiên, do chính sự tồn tại của những điều như thế, nên chúng ta cũng tìm cách thay đổi môi trường xung quanh, bảo vệ con cái của mình, xây dựng những thành phố và hệ thống giao thông, cũng như nuôi trồng thực phẩm và tạo ra điện. Nếu Mẹ Thiên nhiên không nổi giận trước sự tàn phá của chúng ta, thì thật dễ để ta sống một cách hài hòa đơn giản với những tiếng gọi của Người.

Và điều này đưa chúng ta đến với khái niệm nhầm lẫn thứ ba: Tự nhiên là điều gì đó tách biệt rõ ràng với những cấu trúc văn hóa nảy sinh bên trong nó. Trật tự bên trong hỗn loạn và trật tự của Hữu thể là tất cả những gì càng "tự nhiên" thì càng trường tồn. Đó là vì "tự nhiên" là "thứ được chọn lọc" và một đặc tính tồn tại càng lâu nghĩa là nó phải được chọn lọc rồi - để định hình cuộc sống, bất kể đặc tính ấy đó mang tính thể chất, sinh học hay văn hóa, xã hội. Theo quan điểm của Darwin, tất cả những điều ấy đều vĩnh cửu - và hệ thống cấp bậc thống trị, bất kể tính xã hội hay văn hóa mà nó thể hiện, đã xuất hiện từ khoảng nửa tỉ năm trước. Nó trường tồn. Nó có thật. Nhưng hệ thống cấp bậc thống trị không phải

là chủ nghĩa tư bản. Nó cũng không phải chủ nghĩa cộng sản. Nó không phải khu phức hợp quân sự-công nghiệp, cũng không phải là chế độ gia trưởng - một "món đồ tạo tác" văn hóa nhất thời, dễ uốn nắn và tùy hứng. Nó thậm chí không phải là tạo vật của con người; không phải theo nghĩa sâu sắc nhất ấy. Thay vì thế, nó là một khía cạnh gần như bất diệt của môi trường. Và phần lớn những gì được quy cho các biểu hiện phù du này đều là hệ quả từ sự tồn tại bất biến của nó. Chúng ta (cái chúng ta tối cao, cái chúng ta đã xuất hiện từ khi sự sống khởi sinh) đã sống trong một hệ thống cấp bậc thống trị từ rất, rất lâu rồi. Chúng ta đã tranh giành vị thế từ trước khi có da, tay, phổi hay xương. Không có gì "tự nhiên" hơn văn hóa. Các hệ thống cấp bậc thống trị còn xa xưa hơn cả cây cối cơ mà.

Một phần não bộ của chúng ta dõi theo vị trí của mình trong hệ thống cấp bậc thống trị; nó vô cùng cổ xưa và cơ bản. Đó là một hệ thống kiểm soát tổng thể, điều chỉnh các nhận thức, giá trị, cảm xúc, suy nghĩ và hành động của chúng ta. Nó ảnh hưởng mạnh mẽ đến mọi khía cạnh của Hữu thể chúng ta, cả trong ý thức lẫn vô thức. Đây là lý do khi bị đánh bại, chúng ta hành động rất giống những con tôm hùm bại trận. Chúng ta mang dáng vẻ ủ rũ. Chúng ta cúi gằm mặt xuống đất. Chúng ta cảm thấy bị đe dọa, tổn thương, lo lắng và yếu đuối. Nếu mọi thứ không được cải thiện, chúng ta sẽ mắc chứng trầm cảm kinh niên. Dưới những điều kiện này, chúng ta không thể dễ dàng chuẩn bị cho kiểu chiến đấu mà cuộc sống đòi hỏi và trở thành mục tiêu dễ dàng của những kẻ bắt nạt phách lối. Không chỉ có những điểm tương đồng về mặt hành vi và kinh nghiệm sống là đáng chú ý. Phần lớn đặc tính hóa học thần kinh cơ bản đều giống nhau.

Hãy xét đến serotonin, loại hóa chất kiểm soát tư thế và cách tẩu thoát của tôm hùm. Những con tôm hùm cấp thấp sản sinh ra lượng serotonin

tương đối thấp. Điều này cũng đúng với những người xếp hạng thấp (và thứ hạng của họ lại càng xuống thấp hơn sau mỗi chiến bại). Serotonin thấp cũng đồng nghĩa với sự tự tin sụt giảm, đồng nghĩa với phản ứng mạnh hơn với áp lực và tốn nhiều sức chuẩn bị hơn về thể chất trong tình huống khẩn cấp - bởi vì bất kỳ điều gì cũng có thể xảy ra ở đáy của hệ thống cấp bậc, vào bất kỳ lúc nào (và hiếm có điều gì tốt đẹp). Serotonin thấp đồng nghĩa với niềm vui sống giảm đi, đau buồn và lo lắng tăng lên, bệnh tật nhiều hơn và tuổi thọ cũng ngắn lại - ở người cũng như loài giáp xác. Những vị trí cao hơn trong hệ thống cấp bậc thống trị cùng với tỷ lệ serotonin cao hơn điển hình ở những kẻ đứng đầu là nét đặc trưng cho ít bệnh tật hơn, ít khổ đau và chết chóc hơn, thậm chí khi các nhân tố như mức thu nhập thuần túy - hay số lượng những mảnh vụn thức ăn - luôn được giữ nguyên. Tầm quan trọng của điều này không hề được phóng đại.

ĐỈNH CAO VÀ ĐÁY SÂU

Có một chiếc máy tính nguyên thủy không thể diễn tả bằng lời nằm sâu bên trong bạn, trong nền tảng não bộ của bạn, sâu bên dưới mọi suy nghĩ và cảm xúc của bạn. Nó theo dõi chính xác vị trí của bạn trong xã hội - theo thang điểm từ một đến mười, vì mục đích lập luận. Nếu bạn là số một, tức địa vị cao nhất, bạn chính là một người thành công vượt bậc. Nếu là nam giới, bạn sẽ được ưu tiên tiếp cận những nơi chốn tốt nhất để sinh sống cùng nguồn thức ăn có chất lượng cao nhất. Mọi người tranh nhau tỏ thiện chí giúp đỡ bạn. Bạn sẽ có cơ hội tương tác tình cảm hay sinh lý vô hạn. Nếu bạn là một con tôm hùm thành công, thì hầu hết các cô gái đáng mơ tưởng nhất đều sẽ xếp hàng để giành sự chú ý từ bạn.

Nếu là nữ giới, bạn có quyền tiếp cận nhiều kẻ theo đuổi chất lượng

cao: cao to, mạnh mẽ và có vóc dáng cân đối; sáng tạo, đáng tin cậy, trung thực và hào phóng. Và giống như bản sao của nam giới thống trị, bạn sẽ cạnh tranh rất khốc liệt, thậm chí nhẫn tâm để duy trì và cải thiện vị thế của mình trong hệ thống cấp bậc hôn phối không kém phần ganh đua của phái nữ. Mặc dù ít có khả năng sử dụng sự hiếu chiến về mặt thể chất để làm điều này, nhưng lại có rất nhiều mánh khóe, chiến lược dùng lời lẽ hiệu quả để bạn tùy nghi sử dụng, bao gồm cả gièm pha đối thủ và rất có thể bạn sẽ trở thành chuyên gia sử dụng mánh khóe này.

Ngược lại, nếu bạn xếp hạng cực thấp, thì dù là nam hay nữ, bạn cũng sẽ không có nơi nào để sống (hoặc không còn nơi nào tốt). Kể cả khi không phải chịu đói thì thức ăn cũng tệ kinh khủng. Bạn ở trong tình trạng thể chất và tinh thần cực kỳ tồi tệ. Hầu như không ai chú ý đến bạn về mặt tình cảm, trừ khi họ cũng tuyệt vọng như bạn. Bạn có nhiều khả năng bị đau ốm, lão hóa nhanh và chết sớm, mà hầu như chẳng có ai khóc thương. Chính bản thân đồng tiền cũng minh chứng cho việc nó ít được sử dụng. Bạn không biết cách sử dụng nó, vì thật khó để sử dụng tiền đúng cách, nhất là khi bạn không quen dùng nó. Tiền bạc sẽ khiến bạn dễ vướng phải những cám dỗ nguy hiểm như ma túy và bia rượu, những thứ giúp bạn thỏa mãn hơn nếu bị tước đi niềm vui trong một quãng thời gian dài. Tiền bạc cũng biến bạn thành mục tiêu cho những kẻ săn mồi và người bị tâm thần - những kẻ phất lên nhờ bóc lột những người yếu thế hơn trong xã hội. Tận cùng của hệ thống cấp bậc thống trị là nơi hết sức kinh khủng và nguy hiểm.

Phần nguyên thủy trong bộ não - chuyên đánh giá mức độ thống trị - sẽ quan sát xem người khác đối xử với bạn ra sao. Dựa trên bằng chứng ấy, nó sẽ đưa ra kết luận về giá trị của bạn và ấn định cho bạn một trạng thái.

Nếu những kẻ ngang hàng khác đánh giá bạn là ít giá trị, thì bộ tính toán trong đầu sẽ hạn chế mức serotonin có sẵn. Điều đó sẽ khiến bạn càng dễ phản ứng mạnh mẽ về mặt thể chất lẫn tinh thần đối với bất kỳ hoàn cảnh hay sự kiện kích động cảm xúc, đặc biệt nếu đó là cảm xúc tiêu cực. Bạn cần khả năng phản ứng này. Những trường hợp khẩn cấp thường xuất hiện ở tầng sâu và bạn phải luôn sẵn sàng để tồn tại.

Nhưng thật không may, siêu phản ứng vật lý đó, sự cảnh giác liên tục ấy, sẽ đốt cháy rất nhiều nguồn năng lượng và tài nguyên thể chất quý giá. Phản ứng này chính là cái mà mọi người gọi là "sự căng thẳng", và nó không chỉ là vấn đề tâm lý đơn thuần. Đó là sự phản ứng lại những ức chế đè nén đúng nghĩa trong những hoàn cảnh không may. Khi hoạt động ở "đáy sâu", bộ tính toán trong não bộ cổ xưa giả định rằng ngay cả một trở ngại bất ngờ dù là nhỏ nhất cũng có thể tạo nên một chuỗi các sự kiện tiêu cực không kiểm soát nổi. Bạn phải tự mình xử lý chúng, vì những người bạn hữu ích bên rìa xã hội thực sự rất hiếm hoi. Từ đó, bạn sẽ liên tục hy sinh những hoạt động mà bạn có thể trau dồi về mặt thể chất cho tương lai, dùng nó để nâng cao tinh thần sẵn sàng và khả năng hành động hoang mang tức thời ở thời điểm hiện tại. Khi không biết phải làm gì, đó là lúc bạn phải chuẩn bị cho bất cứ điều gì và tất cả mọi điều, phòng khi cần thiết. Bạn đang ngồi trong xe hơi, với chân ga và chân thắng đều bị dí xuống sàn. Nếu tích tụ quá nhiều, mọi thứ sẽ vỡ tan. Bộ tính toán trong đầu có tính nguyên thủy này thậm chí sẽ ngắt hệ miễn dịch của bạn, tiêu tốn hết năng lượng và tài nguyên cần thiết cho sức khỏe trong tương lai cho những khủng hoảng của hiện tại. Điều này khiến bạn trở nên bốc đồng, khiến bạn nhảy ngay vào - ví dụ - bất kỳ cơ hội giao hợp nhất thời nào, hoặc bất kỳ khả năng nào đem lại sự thỏa mãn, bất kể chúng hạ cấp, ô

nhục hay phi pháp ra sao chăng nữa. Nó cũng sẽ khiến bạn có nhiều khả năng sống hoặc chết một cách tùy tiện chỉ vì một cơ hội được vui sướng hiếm hoi, khi cơ hội ấy tự hiện ra. Dù thế nào đi nữa, những đòi hỏi về mặt thể chất nhằm sẵn sàng ứng phó với tình huống khẩn cấp cũng sẽ khiến bạn kiệt quệ.

Trái lại, nếu bạn đứng ở vị thế cao, bộ tính toán sẽ đẩy mạnh, thì các cơ chế não bộ "tiền-bò-sát" sẽ nhận định chỗ đứng của bạn là an toàn, hữu ích và đảm bảo, rồi bạn cũng được hậu thuẫn bởi sự ủng hộ của xã hội. Nó sẽ nghĩ rằng nguy cơ mà một điều gì đó gây hại cho bạn là rất thấp và có thể bị loại bỏ một cách an toàn. May rủi có thể là cơ hội, chứ không phải thảm họa. Serotonin chảy cuồn cuộn trong bạn. Nó giúp bạn tự tin và bình tĩnh, đứng thẳng hiên ngang và rất ít khi phải liên tục cảnh giác. Bởi vị trí của bạn được đảm bảo, nên tương lai của bạn sau này nhiều khả năng cũng tốt đẹp. Điều đó xứng đáng được bạn suy nghĩ về lâu về dài và lên kế hoạch cho một ngày mai tươi sáng hơn. Bạn cũng không cần phải hối hả vơ lấy bất kỳ mảnh vụn nào vương vãi xung quanh, vì bạn thực sự kỳ vọng những điều tốt đẹp luôn sẵn có. Bạn nên hoãn lại sự sung sướng của mình mà không phải hoàn toàn từ bỏ nó. Và bạn cũng có đủ khả năng để trở thành một công dân đáng tin cậy và suy nghĩ thấu đáo.

SỰ CỐ

Tuy nhiên, cũng có lúc cơ chế "tính toán" này gặp trục trặc. Những thói quen ăn ngủ bất nhất có thể gây trở ngại cho chức năng của nó. Sự bất định có thể rơi vào một vòng lẩn quẩn. Cơ thể, với các cơ quan khác nhau, cần phải hoạt động như một dàn nhạc được tập dợt kỹ càng. Mỗi cơ quan phải thể hiện đúng vai trò của nó và vào đúng thời điểm chính xác.

Nếu không, sự nhiễu loạn có thể xảy ra. Đó là tại sao thói quen là điều cần thiết. Những hành động mà chúng ta lặp đi lặp lại mỗi ngày trong cuộc sống cần được tự động hóa. Chúng phải trở thành những thói quen ổn định và đáng tin cậy, để mất dần đi sự phức tạp và ngày càng đơn giản, dễ đoán. Chúng ta có thể thấy điều này rõ nhất ở những đứa trẻ nhỏ, vui tươi, hài hước và hoạt bát khi chúng có thời gian biểu ăn ngủ ổn định. Nếu không, chúng sẽ trở nên khó bảo, hay kêu ca và nghịch phá.

Vì những lý do trên, tôi luôn hỏi các bệnh nhân đến khám về giấc ngủ. Họ có thức dậy vào mỗi buổi sáng vào đúng thời điểm xấp xỉ như những người bình thường khác không và có thức cùng một thời điểm mỗi ngày không? Nếu câu trả lời là không, tôi sẽ khuyên họ trước hết phải chấn chỉnh ngay. Bất kể họ có đi ngủ vào cùng một thời điểm mỗi buổi tối hay không, nhưng thức giấc vào cùng một thời điểm là điều cần thiết. Ta không thể dễ dàng điều trị chứng lo lắng và trầm cảm nêu bệnh nhân có các thói quen hằng ngày khó lường. Hệ thống điều hòa cảm xúc tiêu cực gắn chặt với nhịp sinh học theo chu kỳ.

Kế tiếp, tôi sẽ hỏi đến bữa sáng. Tôi tư vấn cho bệnh nhân của mình ăn những thực phẩm giàu chất đạm và chất béo sớm nhất có thể ngay khi thức dậy (chứ không phải cacbonhydrat[14] đơn thuần hay chất đường, vì chúng được tiêu hóa rất nhanh, sẽ làm tăng đường huyết và làm mạch đập nhanh). Họ nên thực hiện điều này vì những người hay lo lắng và trầm cảm thường đã căng thẳng sẵn rồi, nhất là nếu họ không kiểm soát tốt nhịp sống của mình trong một thời gian dài. Do đó, cơ thể họ sẽ tích trữ lượng insulin cao nếu tham gia vào bất kỳ hoạt động phức tạp hoặc đòi hỏi cao nào. Nếu họ hoạt động sau khi nhịn ăn cả đêm và trước khi ăn, thì lượng insulin dư thừa trong máu sẽ hấp thụ hết lượng đường trong máu.

Sau đó, họ sẽ bị hạ đường huyết và dẫn đến tình trạng bất ổn về tâm sinh lý suốt cả ngày. Các sinh hệ của họ sẽ không được thiết lập lại cho đến khi được ngủ thêm. Tôi từng có nhiều thân chủ thoát chứng lo âu khi họ bắt đầu quyết tâm ăn sáng và ngủ theo một thời gian biểu nhất định.

Các thói quen xấu khác cũng có thể cản trở độ chính xác của "bộ tính toán trong đầu". Đôi khi, nó xảy ra tức thì, vì những lý do sinh học chưa rõ. Và đôi lúc vì những thói quen trên kích hoạt một vòng lặp phản hồi tích cực mà phức tạp. Vòng lặp phản hồi tích cực - gọi nôm na là hồi tiếp dương - cần có một bộ dò đầu vào, một bộ khuếch đại và một kiểu đầu ra nào đó. Hãy tưởng tượng một tín hiệu được bộ dò đầu vào tìm thấy, được khuếch đại và sau đó phát ra ở dạng đã được khuyếch đại. Đến đây vẫn ổn. Sự cố bắt đầu khi bộ dò đầu vào phát hiện ra đầu ra, rồi đưa nó chạy qua hệ thống lần nữa, khuyếch đại nó và tiếp tục phát lại lần nữa. Qua vài vòng phóng đại như thế, mọi thứ sẽ trở nên nguy hiểm ngoài tầm kiểm soát.

Hầu hết mọi người đều từng nghe tiếng hú điếc tai dội lại trong một buổi hòa nhạc, khi hệ thống âm thanh rú lên chói lói. Chiếc micro sẽ gửi một tín hiệu tới loa. Loa phát ra tín hiệu. Tín hiệu có thể được micro thu lại và gửi qua hệ thống một lần nữa, nếu âm thanh đó quá lớn hoặc quá gần loa. Nếu cứ tiếp tục như thế, âm thanh này sẽ nhanh chóng khuếch đại lên tới ngưỡng không thể chịu nổi, đủ để phá hỏng các loa.

Vòng lặp tàn phá này cũng xảy ra trong cuộc sống của con người. Đa phần khi điều đó xảy ra, chúng ta lại gán mác cho nó là bệnh thần kinh, mặc dù nó không chỉ, hoặc không hề diễn ra trong tinh thần của con người. Nghiện rượu hoặc một loại thuốc thay đổi tâm trạng nào đó là quá trình hồi tiếp dương thông thường. Hãy hình dung một người thích uống rượu,

có lẽ là hơi nhiều. Anh ta uống liền một lúc ba, bốn ly. Độ cồn trong máu anh ta tăng nhanh. Điều này có thể khiến anh ta vui sướng, đặc biệt đối với những người vốn có khuynh hướng nghiện rượu di truyền. Nhưng nó chỉ xảy ra khi độ cồn trong máu chủ động tăng cao và chỉ tiếp diễn nếu người này tiếp tục uống rượu. Khi ngừng uống, không chỉ độ cồn trong máu bình ổn lại và bắt đầu hạ dần, mà cơ thể của họ còn bắt đầu sản sinh ra nhiều chất độc, vì cơ thể đã chuyển hóa lượng ethanol đã hấp thu. Anh ta bắt đầu ngừng uống rượu, hệ thống lo lắng ở não bộ đã bị ức chế do tình trạng nhiễm độc bắt đầu phản ứng dữ dội. Dư vị khó chịu chính là sự ngưng tiêu thụ rượu (thường giết chết những người muốn cai rượu) và nó bắt đầu rất sớm sau khi bạn ngưng uống. Để tiếp tục được sưởi ấm cơ thể và ngăn chặn hậu quả khó chịu, người uống có thể tiếp tục tiêu thụ, cho đến khi rượu trong nhà anh ta được uống hết, các quán bar đóng cửa và tiền cũng không còn.

Ngày hôm sau, khi thức dậy, anh ta sẽ cực kỳ khó chịu. Cho đến lúc này, đây vẫn chỉ là sự không may. Rắc rối chỉ thực sự bắt đầu khi anh ta phát hiện ra rằng cảm giác chếnh choáng này có thể được "chữa khỏi" bằng vài ly nữa vào buổi hôm sau. Dĩ nhiên, cách chữa này chỉ là tạm thời. Nó chỉ đẩy các triệu chứng cai rượu trở nên nghiêm trọng hơn trong tương lai. Thế nhưng, điều này có thể cần thiết trong khoảng thời gian ngắn hạn nếu nỗi khổ sở đó quá gay gắt. Do đó, giờ anh ta đã biết rằng uống rượu là để giải tỏa cảm giác khó chịu vì say. Khi loại thuốc gây ra bệnh, nó sẽ thiết lập một vòng hồi tiếp dương. Bệnh nghiện rượu có thể nhanh chóng phát triển trong những điều kiện như thế.

Một điều tương tự cũng thường xảy ra với những người mắc chứng rối loạn lo âu nặng, như agoraphobia - chứng sợ đám đông. Những người

mắc chứng này dễ bị nỗi lo sợ rằng họ sẽ không bao giờ được ra khỏi nhà nữa xâm chiếm. Chứng sợ đám đông là hậu quả của một vòng hồi tiếp dương. Hiện tượng đầu tiên kích thích chứng rối loạn này thường là một sự công kích gây hoảng loạn. Người gặp phải vấn đề này hầu hết là phụ nữ ở tuổi trung niên hoặc quá phụ thuộc vào người khác. Có lẽ cô ấy đã lập tức thoát khỏi sự quá phụ thuộc vào cha mình để đến với một mối quan hệ khác, với một người chồng hoặc bạn trai có phần lấn át hoặc lớn tuổi hơn và hầu như chẳng có bất kỳ động thái nào rũ bỏ sự tồn tại phụ thuộc nơi cô.

Trong những tuần trước khi chứng sợ đám đông xuất hiện, người phụ nữ thường trải qua một chuyện gì đó bất ngờ và không bình thường. Nó có thể liên quan đến sinh lý, chẳng hạn như tim đập nhanh. Điều này thì rất phổ biến trong bất kỳ trường hợp nào và có khả năng xảy ra trong thời kỳ mãn kinh - khi các quy trình hoóc-môn điều tiết trải nghiệm tâm lý của phụ nữ dao động khó lường. Bất cứ sự biến đổi dễ nhận biết nào về nhịp tim cũng có thể kích thích những suy nghĩ về cơn nhồi máu cơ tim, cùng với biểu hiện rành rành và đáng xấu hổ của nỗi đau đớn sau khi bị đau tim (chết chóc và bẽ mặt trước xã hội chính là hai nỗi sợ cơ bản nhất). Sự kiện bất ngờ có thể là mâu thuẫn trong hôn nhân, bệnh tật hay vợ/chồng qua đời. Hoặc cũng có thể là một người bạn thân tan vỡ hôn nhân hay nhập viện. Một sự kiện có thật nào đó thường sẽ làm gia tăng nỗi sợ hãi ban đầu về cái chết và sự phán xét của xã hội.

Có thể sau cú sốc, người phụ nữ này sẽ rời khỏi nhà và lên đường đến trung tâm mua sắm. Nó rất nhộn nhịp và khó tìm ra chỗ đậu xe. Điều này còn khiến cho cô ta trở nên căng thẳng hơn. Những suy nghĩ về tình trạng dễ bị tổn thương phủ đầy tâm trí vốn đã có từ trải nghiệm đau buồn gần

đây của cô được dịp dâng trào. Nó kích thích nỗi lo lắng. Nhịp tim của cô tăng lên. Cô bắt đầu thở nhanh và gấp gáp. Cô cảm thấy tim mình đập cuồng loạn và bắt đầu tự hỏi liệu mình có bị đau tim hay không. Ý nghĩ này càng khiến cô lo lắng hơn. Cô thở gấp và nhanh hơn trước, làm tăng lượng cacbon-dioxit trong máu. Nhịp tim của cô lại tăng, vì cô càng thêm sợ hãi. Cô phát hiện ra điều đó, và nhịp tim lại tăng thêm nữa.

Thế đấy! Đó là vòng hồi tiếp dương! Chẳng mấy chốc, nỗi lo lắng biến thành cơn hoảng loạn, được điều tiết bởi một hệ thống não khác, được thiết lập cho những mối nguy hiểm ngặt nghèo nhất, có thể bị kích hoạt do sợ hãi quá mức. Cô bị choáng ngợp bởi những triệu chứng của mình và lao thẳng đến phòng cấp cứu, rồi họ kiểm tra chức năng tim cho cô sau một hồi lo âu chờ đợi. Chẳng có gì bất ổn cả. Nhưng cô vẫn không an tâm.

Phải thêm một vòng hồi tiếp dương nữa để những trải nghiệm khó chịu đó bùng lên thành hội chứng sợ đám đông. Vào lần đến trung tâm mua sắm kế tiếp, những triệu chứng ban đầu của bệnh sợ đám đông lại thêm trầm trọng hơn, khi cô nhớ lại những gì đã xảy ra vào lần trước. Nhưng cô vẫn cứ đi. Trên đường, cô có thể cảm thấy tim mình đang đập thình thịch. Điều đó lại kích động một chu kỳ lo lắng và quan ngại nữa. Để ngăn cơn hoảng loạn, cô tránh bị căng thẳng ở khu mua sắm và quay về nhà. Nhưng giờ đây, hệ thống lo lắng trong não cô đã ghi nhận việc cô chạy trốn khỏi trung tâm mua sắm và kết luận rằng hành trình ấy thực sự nguy hiểm. Hệ thống lo lắng của chúng ta rất thực tế. Nó cho rằng bất kỳ điều gì ta trốn chạy cũng đều nguy hiểm. Dĩ nhiên, bằng chứng ở đây chính là ta đã trốn chạy.

Lúc này, trung tâm mua sắm bị dán nhãn là "quá nguy hiểm để tiếp

cận" (hoặc hội chứng sợ đám đông vừa nảy nở đã dán cho chính cô ấy cái nhãn "quá mềm yếu để đến trung tâm mua sắm"). Có lẽ mọi sự vẫn chưa tiến xa đến nỗi gây rắc rối thực sự cho cô. Ngoài kia còn rất nhiều nơi khác để mua sắm. Nhưng có thể siêu thị kế bên cũng gần giống với khu mua sắm để kích hoạt phản ứng tương tự. Cô đến đó, và rồi lại rút lui. Giờ thì các siêu thị đã bị gán cùng một nhãn. Tiếp đến là cửa hàng nhỏ ở góc phố. Rồi đến xe buýt, taxi và tàu điện ngầm. Chẳng mấy chốc, nỗi sợ hãi hiển hiện khắp mọi nơi. Cuối cùng, hội chứng sợ đám đông này thậm chí còn khiến cô sợ hãi khi về nhà, thậm chí muốn chạy thoát khỏi nó thật xa nếu có thể. Nhưng điều đó là không thể. Thế là cô mắc kẹt trong chính ngôi nhà của mình. Sự trốn chạy do nỗi lo lắng gây ra khiến cô lẩn tránh tất cả mọi thứ và những thứ này lại tăng thêm nỗi lo lắng cho cô. Nó khiến cô thấy bản thân mình nhỏ bé đi còn thế giới đáng sợ hơn bao giờ hết kia lại to lớn hơn.

Có rất nhiều hệ thống tương tác giữa não bộ, cơ thể và thế giới thực tại mà nó có thể giam cầm cô trong các vòng hồi tiếp dương. Ví dụ, những người bị trầm cảm sẽ bắt đầu cảm thấy mình vô dụng và là gánh nặng, cũng như mang đến nỗi đau buồn và ai oán. Điều này khiến họ cắt đứt mọi liên lạc với bạn bè và gia đình. Sau đó, việc thu mình lại như thế càng làm cho họ cảm thấy đơn độc và bị cô lập hơn, từ đó càng cảm thấy mình vô dụng và nặng gánh hơn. Rồi họ lại thu mình nhiều hơn nữa. Theo cách này, bệnh trầm cảm sẽ trầm trọng dần theo vòng xoáy và khuếch đại lên.

Nếu ai đó bị tổn thương nặng nề vào một thời điểm nào đó trong đời - bị sang chấn - thì "bộ tính toán" có tính thống trị lại biến đổi theo cách làm gia tăng tổn thương thay vì giảm đi. Điều này thường xảy ra với những người trưởng thành, từng bị bắt nạt thậm tệ lúc còn bé hoặc ở tuổi thiếu

niên. Họ trở nên lo lắng và dễ buồn tủi. Họ tự che chắn mình bằng một vỏ ốc phòng thủ và tránh tiếp xúc với ánh nhìn trực tiếp vốn dễ bị diễn giải thành một lời thách thức đầy tính thống trị.

Điều này đồng nghĩa với những tổn thương do bị bắt nạt (hạ thấp địa vị và giảm sự tự tin) có thể vẫn tiếp tục, thậm chí sau khi cảnh bắt nạt kết thúc. Trong những trường hợp đơn giản nhất, những người từng thấp hèn đã trưởng thành, rồi chuyển đến sống ở những nơi mới và thành công hơn trong đời. Nhưng họ không hoàn toàn nhận ra. Những sự thích nghi phản tác dụng về mặt tâm lý của họ đối với hiện thực ngày trước vẫn còn đó, khiến họ cứ căng thẳng và bất an hơn mức cần thiết. Trong các trường hợp phức tạp hơn, một giả định quen thuộc về sự phụ thuộc lại khiến người đó vừa căng thẳng vừa bất an hơn mức cần thiết và những điệu bộ quy phục thường lệ ấy vẫn cứ tiếp tục thu hút sự chú ý tiêu cực đúng nghĩa từ một hoặc nhiều kẻ bắt nạt tuy kém thành công hơn, nhưng vẫn nhan nhản trong thế giới của người trưởng thành. Trong các tình huống như thế, hậu quả tâm lý từ việc bị bắt nạt trước đây sẽ làm tăng khả năng tiếp tục bị ức hiếp ở hiện tại (dù nói trắng ra, họ không cần phải bị như thế, vì họ đã trưởng thành hoặc chuyển đến sống ở vùng địa lý khác, hoặc tiếp tục học lên, hoặc đã cải thiện vị thế khách quan).

VÙNG DẬY

Đôi khi, mọi người bị bắt nạt vì họ *không thể* chống trả. Điều này có thể xảy ra đối với những người có thể chất yếu hơn các đối thủ của mình. Đây là một trong những lý do phổ biến nhất cho tình trạng bắt nạt mà trẻ em phải chịu. Ngay cả những đứa trẻ sáu tuổi cứng cỏi nhất cũng không thể đọ lại với một đứa chín tuổi được. Tuy nhiên, sự khác biệt về sức mạnh

ấy sẽ biến mất ở tuổi trưởng thành, với sự ổn định ở mức vừa phải và kích thước thể hình tương xứng (ngoại trừ điểm khác biệt liên quan giữa nam và nữ, khi người nam thường to lớn và khỏe mạnh hơn, đặc biệt là ở phần trên cơ thể). Các hình phạt gia tăng được áp dụng chung đối với những người cứ nhất quyết hăm dọa người khác bằng hình thể ở độ tuổi trưởng thành.

Nhưng thông thường, nhiều người bị bắt nạt là vì họ *không chịu* phản kháng. Điều này hay xảy ra đối với những người có đức hy sinh và cảm thông với tính khí nóng nảy - đặc biệt nếu có cảm xúc tiêu cực cao, họ sẽ thốt lên tiếng than van thảm thiết khi bị một kẻ hành xử tàn bạo với mình (ví dụ, trẻ em dễ khóc la hơn khi chúng thường xuyên bị bắt nạt). Điều này cũng xảy ra với những người lập luận rằng - vì lý do này hay lý do khác - tất cả các hình thức gây hấn, kể cả cảm giác tức giận, đều sai trái về mặt đạo đức. Tôi đã từng chứng kiến những người cực kỳ nhạy cảm với tính cách bạo ngược thấp hèn và mối xung đột gay gắt; họ tự kiềm chế mọi cảm xúc có thể làm nảy sinh các hành vi tương tự. Thông thường, những người như vậy có người cha quá nóng tính và quá kiểm soát. Tuy nhiên, những tác động tâm lý không bao giờ chỉ có tác dụng một chiều và nguy cơ thật sự kinh khủng của lòng tức giận và hiếu chiến (gây nên hành động hung ác và nỗi kinh hoàng) có thể được cân bằng bởi sức mạnh của những tác động nguyên thủy; đó là đẩy lùi sự áp bức, nói ra sự thật và động viên hành động kiên quyết vào những thời khắc xung đột, bất ổn và nguy hiểm.

Với khả năng gây hấn bị bó buộc trong khuôn khổ đạo đức quá hạn hẹp, những người có lòng trắc ẩn và đức hy sinh giản dị, đơn thuần (ngây thơ và dễ bị lợi dụng) không thể đáp trả bằng sự giận dữ cần thiết, chính đáng và bảo vệ bản thân mình một cách thích hợp. Dù họ *có thể* cắn lại, thì

nhìn chung họ cũng *không phải* làm như vậy. Khi được hòa hợp một cách khéo léo, khả năng đáp trả gây hấn và bạo lực sẽ giảm đi, thay vì gia tăng khả năng cần đến sự hung hăng thực sự. Nếu bạn nói "không" ngay từ chu kỳ áp bức đầu tiên và làm rõ ý mình (đồng nghĩa khẳng định mình không chấp nhận sự áp bức, với ngôn từ rõ ràng và chịu trách nhiệm cho lời nói của mình), thì quy mô áp bức của kẻ áp bức sẽ bị thu hẹp và hạn chế. Các tác động bạo ngược sẽ nhân rộng nhằm lấp đầy chỗ trống dành sẵn cho nó mà không gì ngăn cản được. Những ai không chịu tích đầy những phản ứng bảo vệ bản thân phù hợp trong lãnh thổ của họ, cũng như những ai thực sự không thể đứng lên bảo vệ quyền lợi của mình - do cơ bản là bất lực hay chênh lệch về sức mạnh - sẽ vô tình tạo cơ hội cho việc bị bóc lột nhiều hơn.

Những người ngây thơ, vô hại thường hướng nhận thức và hành động của họ đến một vài chân lý đơn giản: Bản chất con người là tốt; không ai thực sự muốn làm tổn thương người khác; sự đe dọa (và chắc chắn cả việc sử dụng) mang tính bạo lực, dù bằng tay chân hay cách nào khác, đều sai trái. Các chân lý này sẽ sụp đổ hoặc còn tệ hơn, nếu xuất hiện những cá nhân thuần ác. *Tệ hơn* nghĩa là những niềm tin ngây ngô có thể trở thành một lời mời chủ động cho việc bạo hành, vì những kẻ rắp tâm hãm hại người khác thường rất giỏi trong việc "săn" chính những ai có suy nghĩ như vậy. Dưới những điều kiện đó, các chân lý về sự vô hại phải được điều chỉnh. Khi thực hành lâm sàng, tôi thường chuyển sự chú ý của khách hàng, vốn cho rằng những người tốt không bao giờ giận dữ, sang những hiện thực khắc nghiệt do chính sự oán giận của họ gây ra.

Không ai muốn bị cư xử thô lỗ, nhưng mọi người lại thường cam chịu điều đó trong thời gian rất dài. Vì vậy, trước tiên tôi sẽ giúp họ thấy được

sự oán giận của mình dưới hình thức cơn giận dữ, rồi ngụ ý rằng họ cần phải nói ra điều gì đó, trong trường hợp họ chưa từng nói (nhất là bởi sự trung thực của họ đòi hỏi điều đó). Sau đó, tôi giúp họ nhận ra hành động ấy là một phần của tác động ngăn chặn sự bạo ngược, ở cấp độ xã hội cũng như cá nhân. Nhiều thể chế quan liêu luôn có vài kẻ độc tài ti tiện, tạo ra các quy tắc và thủ tục vô lý chỉ nhằm thể hiện và củng cố quyền lực. Những kẻ này sẽ gây nên lòng oán giận ngầm sôi sục từ những người xung quanh họ, mà nếu được thể hiện ra sẽ giúp ngăn cản trò biểu dương quyền lực vô lý ấy ở họ. Theo cách này, việc một cá nhân sẵn sàng đứng lên vì bản thân mình sẽ bảo vệ mọi người khỏi sự lũng đoạn của xã hội.

Khi những người ngây thơ khám phá ra khả năng nổi giận trong bản thân mình, họ sẽ bị sốc và đôi khi sốc dữ dội. Một ví dụ sâu sắc mà ta dễ nhận thấy đó là những người lính mới dễ nhạy cảm với hội chứng hậu chấn tâm lý. Nó thường xảy ra do những việc chính họ thấy mình đang làm, chứ không phải điều gì đó xảy đến với họ. Họ phản ứng giống như những con quái vật thật sự trong những hoàn cảnh khắc nghiệt cao độ nơi chiến trường và sự mặc khải về cách phản ứng ấy đã hủy hoại thế giới của họ. Chẳng có gì ngạc nhiên cả. Có lẽ họ cho rằng tất cả những thủ phạm khủng khiếp của lịch sử là những người hoàn toàn không giống họ. Có lẽ họ chưa bao giờ thấy được khả năng áp bức và bắt nạt tiềm ẩn trong mình (và có lẽ nó cũng không phải là khả năng khẳng định bản thân hay thành công của họ). Tôi có những khách hàng đã trải qua hàng năm trời kinh hãi vẻ ngoài man rợ đúng nghĩa trên gương mặt của kẻ tấn công gây nên cơn co giật dữ dội mỗi ngày. Những cá nhân như thế thường đến từ các gia đình bảo bọc quá mức, nơi không có điều gì khủng khiếp được phép tồn tại và mọi thứ đều tuyệt vời như chốn thần tiên (hoặc những nơi chốn

khác).

Vào thời khắc thức tỉnh - lúc một người từng một thời ngây thơ nhận ra bên trong họ là những hạt nhân mang bản chất xấu xa và quái dị, cũng như thấy mình thật nguy hiểm (chí ít là nguy hiểm tiềm ẩn) - nỗi sợ của họ sẽ giảm đi. Họ tôn trọng bản thân mình nhiều hơn. Sau đó, có lẽ họ sẽ bắt đầu kháng cự lại những áp bức. Họ nhận ra bản thân cũng có thể trụ vững, vì họ cũng khắc nghiệt không kém. Họ nhận thấy mình có thể và buộc phải đứng lên, vì họ đã bắt đầu hiểu rằng việc mình thức tỉnh có thể trở nên ghê gớm đến mức nào, để rồi nuôi dưỡng sự phẫn uất và biến nó thành những khao khát hủy diệt mạnh mẽ nhất. Tôi xin nhắc lại một lần nữa: Hầu như chẳng có sự khác biệt nào giữa khả năng gây tổn thương kết hợp với sức mạnh tàn phá của nhân cách. Đây là một trong những bài học khó tiếp thu nhất của cuộc sống.

Có thể bạn là một kẻ thất bại. Và cũng có thể không phải - nhưng nếu đúng thế, bạn không nhất thiết duy trì tình trạng này. Có thể bạn chỉ có một thói quen xấu. Thậm chí có thể bạn chỉ là một người có những thói quen xấu. Tuy nhiên, nếu thực tình là bạn có một dáng vẻ thảm hại - tức bị ghét bỏ hoặc bị bắt nạt ở nhà hay trường tiểu học - thì điều đó không nhất thiết phải hợp với con người bạn hiện nay. Hoàn cảnh sẽ thay đổi. Nếu bạn suy sụp và mang phong thái đặc trưng ở những con tôm hùm bại trận, thì người ta sẽ gán cho bạn một vị trí thấp hơn. Và bộ tính toán trong đầu của bạn có điểm chung với loài động vật giáp xác - nằm dưới đáy não bộ - sẽ "xuất" cho bạn một điểm số thống trị thấp. Và rồi não của bạn sẽ không sản sinh ra nhiều serotonin. Điều này sẽ khiến bạn ít hạnh phúc, u buồn và lo lắng nhiều hơn, cũng như nhiều khả năng chùn bước trong khi phải đứng lên bảo vệ chính mình. Nó cũng sẽ làm giảm khả năng bạn được

sống trong một khu dân cư tốt, tiếp cận với các nguồn tài nguyên chất lượng cao nhất và có được một người bạn đời khỏe mạnh, đáng ao ước. Nó sẽ khiến bạn lạm dụng cocain hay bia rượu, vì bạn đang sống trong thực tại của thế giới với viễn cảnh không chắc chắn. Nó sẽ khiến bạn tăng khả năng mắc bệnh đau tim, ung thư và chứng suy giảm trí lực. Suy cho cùng, điều này không hề tốt.

Nếu hoàn cảnh thay đổi thì bạn cũng có thể thay đổi. Những vòng lặp hồi tiếp dương, khi bị gia tăng mức ảnh hưởng liên tiếp, sẽ phản tác dụng và cuộn xoáy theo hướng tiêu cực. Nhưng nó cũng có thể giúp bạn tiến lên. Đó là một bài học khác lạc quan hơn của Luật Price[15] và luật Phân phối Pareto[16]: Những ai từ đầu đã "có" thì sẽ tiếp tục có thêm. Một số vòng chuyển động đi lên này có thể diễn ra trong không gian riêng tư và chủ quan của bạn. Sự thay đổi ngôn ngữ hình thể là một ví dụ điển hình. Nếu nhà nghiên cứu yêu cầu bạn phải chuyển động cơ mặt của mình, mỗi lần mỗi kiểu cho đến khi đạt được biểu cảm buồn rầu trong mắt người quan sát, thì bạn sẽ cảm thấy mình buồn rầu hơn. Ngược lại, nếu bạn được yêu cầu dịch chuyển cơ mặt cho đến khi có biểu cảm vui vẻ, thì bạn sẽ cảm thấy vui vẻ hơn. Cảm xúc là một phần của biểu cảm cơ thể và có thể được khuếch đại (hoặc triệt tiêu) bởi biểu cảm ấy.

Một số vòng hồi tiếp dương bắt nguồn từ ngôn ngữ cơ thể có khả năng vượt quá giới hạn riêng của kinh nghiệm chủ quan, trong cùng một không gian xã hội giữa bạn với người khác. Ví dụ, nếu phong thái của bạn quá thảm thương - co rúm người, thu vai lại, ép lồng ngực vào bên trong, cúi đầu, tỏ ra nhỏ bé, thảm bại và bất lực (theo lý thuyết là để tự bảo vệ mình khỏi bị tấn công từ phía sau) - thì bạn sẽ cảm thấy mình nhỏ bé, thảm bại và bất lực. Phản ứng của những người khác sẽ khuếch đại lên. Giống

như tôm hùm, con người cũng tự phóng đại kích thước của đối phương lên do hậu quả của lập trường này. Nếu bạn thể hiện mình là một kẻ thất bại, thì người khác sẽ phản ứng với bạn như thể bạn là kẻ thua cuộc. Ngược lại, nếu bạn đứng thẳng người, thì mọi người sẽ nhìn nhận và đối xử với bạn theo cách khác.

Bạn có thể sẽ phản đối: Đáy sâu là có thật. Và sống dưới đáy sâu cũng là chuyện có thật không kém. Việc chỉ thay đổi điệu bộ là không đủ để thay đổi bất kỳ điều gì đã thiết lập sẵn. Nếu bạn ở vị trí số 10, sau đó đứng thẳng người và ra vẻ thống trị, thì bạn chỉ có thể thu hút sự chú ý của những kẻ muốn hạ gục bạn một lần nữa mà thôi. Và chuyện này rất công bằng. Nhưng đứng thẳng hiên ngang không phải một điều gì đó thuộc về tác phong, vì bạn không chỉ có mỗi thể xác của mình. Bạn còn có tinh thần - hay một tâm hồn - để lên tiếng. Sự đứng thẳng về mặt hình thể cũng khơi gợi, kêu gọi và đòi hỏi sự đứng thẳng siêu hình. Đứng thẳng đồng nghĩa bạn đã tự nguyện chấp nhận những gánh nặng của Hữu thể. Hệ thống thần kinh của bạn sẽ phản ứng một cách hoàn toàn khác khi bạn tự nguyện đối mặt với những đòi hỏi của cuộc sống. Bạn đáp trả lại thách thức, thay vì "đổ thêm dầu vào lửa". Bạn nhìn thấy kho báu vàng ròng từ những bầy rồng, thay vì co mình khiếp sợ trước sự hiện diện của một con rồng. Bạn tiến đến để giành lấy một chỗ đứng trong hệ thống cấp bậc, chiếm lấy lãnh thổ cho mình, thể hiện rằng bạn sẵn sàng bảo vệ, mở rộng và thay đổi nó. Điều đó có thể diễn ra hữu hình hoặc mang tính biểu tượng, như một sự tái cấu trúc về mặt vật chất hoặc khái niệm.

Đứng thẳng hiên ngang nghĩa là chấp nhận trách nhiệm kinh hoàng của cuộc sống với đôi mắt mở to. Nó đồng nghĩa bạn đã tự nguyện quyết định biến đổi những hỗn loạn tiềm ẩn thành hiện thực của một trật tự mà bạn

chịu được. Nó đồng nghĩa bạn đã chấp nhận gánh nặng của sự dễ tổn thương mà bạn tự ý thức được và chấp nhận sự kết thúc của "Thiên Đường" vô thức thời thơ ấu, nơi mà sự hữu hạn và chết chóc chỉ được lĩnh hội một cách mơ hồ. Nó đồng nghĩa với việc bạn đã sẵn sàng chấp nhận những hy sinh cần thiết để hình thành nên một thực tại hữu ích và đầy ý nghĩa (hay hành động để làm hài lòng Thượng thế theo cách nói cổ xưa).

Đứng thẳng hiên ngang giống như bạn đang xây dựng một con thuyền lớn của Noah để bảo vệ thế giới khỏi trận đại hồng thủy, dẫn đường cho con người băng qua sa mạc sau khi họ thoát khỏi ách bạo tàn, lên đường rời xa đất nước và quê nhà yên bình và lên tiếng cảnh báo những kẻ bỏ mặc trẻ em và góa phụ. Nó đồng nghĩa với hành động vác một cây thánh giá, đánh dấu X lên chỗ giao nhau khủng khiếp giữa bạn với Hữu thể. Nó đồng nghĩa với đánh đuổi cái trật tự chết chóc, khắc nghiệt và bạo tàn trở về chốn hỗn loạn nơi nó sinh ra; nó đồng nghĩa bạn luôn đứng vững trước sự không chắc chắn tiếp theo và sau cùng tạo nên một trật tự mới tốt đẹp, ý nghĩa và hữu ích hơn.

Vì vậy, hãy chú ý hơn nữa đến phong thái của mình. Hãy thôi ủ rũ và khom người. Hãy nói ra những suy nghĩ của mình. Hãy thúc đẩy khao khát của bản thân, như thể bạn có quyền làm thế - chí ít cũng bằng với người khác. Hãy bước hiên ngang và nhìn thẳng về phía trước. Hãy dám đương đầu với hiểm nguy. Hãy thúc đẩy chất serotonin cuồn cuộn chảy qua các đường dẫn truyền thần kinh đang khao khát sự tác động êm dịu của nó.

Mọi người, bao gồm cả bạn, sẽ bắt đầu cho rằng bạn có năng lực hoặc có ý chí (ít nhất cũng không kết luận ngay điều ngược lại). Khi bạn cảm nhận được những phản ứng tích cực đang khuyến khích mình, bạn sẽ bắt

đầu thấy bớt lo lắng. Sau đó, bạn thấy mình dễ bận tâm hơn đến những gợi ý tinh tế trong cộng đồng mà mọi người trao đổi khi họ giao tiếp. Các cuộc trò chuyện của bạn cũng sẽ trôi chảy và bớt bị ngắt quãng một cách ngượng ngùng hơn. Điều này tạo thêm cơ hội cho bạn gặp gỡ mọi người, tương tác và gây ấn tượng với họ. Cứ như thế, bạn sẽ không chỉ thực sự tăng khả năng hút những điều tốt đẹp đến với mình - mà còn giúp bạn cảm thấy khá hơn khi điều tốt đẹp ấy xảy đến nữa.

Như vậy, khi được củng cố và khích lệ, bạn có thể lựa chọn đón nhận Hữu thể và thúc đẩy, cải thiện nó. Khi được truyền thêm sức mạnh, bạn có thể đứng vững ngay cả khi người thân yêu của mình mắc bệnh, khi cha mẹ qua đời và cho phép người khác tìm kiếm sức mạnh cùng với mình, thay vì để họ đắm chìm trong nỗi tuyệt vọng. Khi được khích lệ, bạn sẽ bắt đầu chuyến du hành của cuộc đời mình, để mình được lên tiếng và tỏa sáng trên ngọn đồi Thiên Đường, cũng như theo đuổi vận mệnh chân chính của bản thân. Và rồi, ý nghĩa cuộc đời bạn sẽ đủ để giữ cho những tác động hủy hoại của nỗi tuyệt vọng chết chóc tránh xa.

Sau đó, bạn có thể chấp nhận gánh nặng khủng khiếp của Thế giới và tìm thấy niềm vui.

Hãy tìm kiếm nguồn cảm hứng để trở thành con tôm hùm chiến thắng vinh quang, với trí tuệ thực tiễn đã đúc kết qua 350 triệu năm. Và hãy đứng thẳng thật hiên ngang.

QUY LUẬT 2

ĐỐI XỬ VỚI BẢN THÂN NHƯ THỂ ĐÓ LÀ NGƯỜI MÀ BẠN CÓ TRÁCH NHIỆM GIÚP ĐỠ

TẠI SAO BẠN NHẤT ĐỊNH KHÔNG CHỊU UỐNG MẤY VIÊN THUỐC ĐÓ?

HÃY HÌNH DUNG CÓ 100 NGƯỜI đang được kê toa thuốc. Hãy xét thử xem điều gì sẽ diễn ra sau đó. Có đến 1/3 trong số họ không lấy đủ số thuốc kê trong toa. Một nửa trong số 67% còn lại vẫn sẽ đi lấy thuốc, nhưng không uống đúng chỉ định. Họ sẽ bỏ vài liều. Họ sẽ ngưng thuốc sớm. Hoặc thậm chí họ sẽ không uống viên nào.

Các bác sĩ và dược sĩ hay có khuynh hướng đổ lỗi cho bệnh nhân là không tuân thủ, ỷ lại và phạm sai sót. Họ lập luận là bạn có thể dẫn một con ngựa đến máng nước nhưng không thể bắt nó uống được. Các nhà tâm lý học thường có quan điểm mập mờ về những đánh giá này. Chúng tôi được đào tạo để nhận định rằng việc bệnh nhân không nghe theo lời khuyên của bác sĩ là do lỗi của người hành nghề, chứ không phải bệnh nhân. Chúng tôi tin rằng nhà cung cấp dịch vụ y tế phải có trách nhiệm đưa ra những lời tư vấn sao cho chúng sẽ được tuân theo đầy đủ; cung cấp các biện pháp can thiệp cần được tôn trọng, phác đồ điều trị sao cho bệnh nhân hoặc khách hàng đạt được kết quả như mong muốn, cũng như theo dõi sát sao để đảm bảo mọi thứ phải được diễn ra đúng hướng. Đây là một trong

rất nhiều điều biến nhà tâm lý học thành một người tuyệt vời - :). Tất nhiên, không như các chuyên gia dễ phiền lòng hơn - những người luôn tự hỏi tại sao người bệnh không dùng thuốc theo sự chỉ dẫn của họ - chúng tôi phải dành thời gian quý báu của mình với bệnh nhân. Họ làm sao thế? Họ không muốn khỏe hơn hay sao?

Song, có một điều thậm chí còn tệ hơn. Hãy hình dung một ai đó được cấy ghép nội tạng, ví dụ như ghép thận. Quá trình cấy ghép chỉ diễn ra sau khi bệnh nhân phải trải qua quãng thời gian dài chờ đợi trong lo lắng. Chỉ có một số ít người hiến tạng sau khi họ chết đi (thậm chí số người còn sống chịu hiến tạng còn ít hơn nữa). Và cũng chỉ có một số lượng rất nhỏ các bộ phận được hiến tặng phù hợp cho bất kỳ bệnh nhân nào đang tràn trề hy vọng được cấy ghép. Điều này có nghĩa các ca ghép thận điển hình đều phải trải qua quá trình gọi là chạy thận, một phương án thay thế duy nhất trong nhiều năm liền. Chạy thận (hay còn gọi thẩm tách máu) nghĩa là rút toàn bộ máu trong người bệnh nhân ra để lọc thông qua một chiếc máy, rồi đưa máu trở lại người bệnh. Đây là một phương pháp điều trị không chắc thành công và diệu kỳ; nên nó tạm ổn, nhưng lại không dễ chịu. Cứ phải chạy thận tám giờ một lần và từ năm đến bảy lần mỗi tuần. Việc này sẽ được tiến hành khi bệnh nhân chìm vào giấc ngủ. Như thế là quá đủ. Chẳng ai muốn mình phải tiếp tục chạy thận cả.

Mà một trong những phức tạp của việc cấy ghép là sự đào thải. Cơ thể bạn không thích ứng khi tiếp nhận các bộ phận cơ thể của người khác. Hệ thống miễn dịch của bạn sẽ tấn công và phá hủy các yếu tố ngoại lai này, mặc dù chúng có tầm quan trọng cốt yếu đối với sự sống còn của bạn. Để ngăn chặn tình trạng này xảy ra, bạn phải dùng các loại thuốc chống đào thải - làm suy yếu hệ miễn dịch và tăng khả năng mắc các bệnh nhiễm

trùng. Đa số mọi người đành hài lòng với sự đánh đổi này. Các bệnh nhân được cấy ghép vẫn phải chịu ảnh hưởng của sự đào thải nội tạng, dù đã được uống thuốc kháng. Không phải vì các loại thuốc này mất tác dụng (tuy đôi lúc chúng vẫn xảy ra), mà thường vì những người được kê toa không chịu dùng thuốc. Điều này thật không thể tin nổi. Và để thận bạn bị hỏng là việc vô cùng nguy hiểm. Chạy thận không phải là một chuyến dã ngoại. Phẫu thuật cấy ghép chỉ diễn ra sau một khoảng thời gian chờ đợi rất dài, với rủi ro cao và tốn phí rất lớn. Thế nhưng, bạn lại đánh mất tất cả chỉ vì không chịu dùng thuốc thôi sao? Sao người ta có thể đối xử với bản thân như vậy? Sao điều này có thể xảy ra được nhỉ?

Công bằng mà nói, điều này rất phức tạp. Nhiều người nhận bộ phận cấy ghép sẽ bị cách ly, nếu không họ sẽ có nguy cơ mắc nhiều vấn đề về sức khỏe thể chất (đó là chưa nói đến các vấn đề liên quan đến thất nghiệp hay khủng hoảng gia đình). Họ có thể bị suy yếu nhận thức hoặc bị trầm cảm. Họ có thể không hoàn toàn tin tưởng vào bác sĩ hay không hiểu được sự cần thiết của thuốc. Có thể họ không đủ điều kiện để mua thuốc và đành phải chia nhỏ liều, một hành động vô vọng.

Nhưng - đây cũng là điều ngạc nhiên - hãy tưởng tượng rằng không phải là bạn, mà là chú chó cưng của bạn bị bệnh. Bạn đưa chú ta đến gặp bác sĩ thú y. Bác sĩ sẽ kê cho bạn một toa thuốc. Chuyện gì sẽ xảy ra sau đó? Bạn cũng có nhiều lý do để không tin tưởng một bác sĩ thú y như một bác sĩ cho người. Hơn nữa, nếu bạn ít quan tâm đến thú cưng của mình và không bận tâm đến những loại thuốc không phù hợp, dưới chuẩn hoặc bị kê sai mà bác sĩ thú ý đưa ra, thì bạn sẽ không tìm đến bác sĩ thú y ngay từ đầu. Như vậy là bạn có quan tâm. Hành động của bạn đã chứng minh tất cả. Thực ra, bạn còn quan tâm nhiều hơn mức bình thường. Mọi người

thường kiểm tra đơn và quản lý các loại thuốc được kê trên toa cho vật nuôi hơn là cho bản thân họ. Điều đó không tốt chút nào. Thậm chí từ góc nhìn của thú cưng, việc ấy cũng không hề ổn. Thú cưng của bạn (có thể) yêu mến bạn và chúng thậm chí còn vui hơn nếu bạn chịu dùng thuốc của chính mình.

Thật khó để kết luận bất cứ điều gì từ những sự thật trên, ngoại trừ việc mọi người dường như còn yêu mến chó, mèo, chồn sương và chim chóc (có lẽ cả thằn lằn nữa) hơn cả bản thân mình. Sao lại kinh khủng như thế? Đáng xấu hổ biết bao nếu những điều như thế lại là sự thật? Điều gì có thể khiến con người quan tâm, yêu mến thú cưng hơn cả bản thân họ?

Một câu chuyện cổ trong *Sáng thế ký* - cuốn sách mở đầu Kinh Cựu ước - đã giúp tôi khám phá ra đáp án cho câu hỏi khó hiểu này.

CÂU CHUYỆN CỔ XƯA NHẤT VÀ BẢN CHẤT CỦA THẾ GIỚI

Hai câu chuyện khác nhau về Tạo hóa từ hai nguồn ở Trung Đông dường như được đan kết thành bản ghi chép Sáng thế ký. Theo bản chép đầu tiên về trình tự thời gian nhưng lại xuất hiện muộn hơn trong lịch sử - còn được gọi là "Priestly" - Thượng Đế đã tạo ra vũ trụ, sử dụng Thánh Ngôn của Ngài để tạo ra ánh sáng, nước và đất, sau đó đến các cây cối và các thiên thể. Tiếp đến, Ngài tạo ra các loài chim, muông thú và cá (cũng bằng lời nói) - và sau cùng là con người, bao gồm nam và nữ, cả hai đều được tạo hình dựa trên hình tượng của Ngài. Tất cả đều diễn ra trong quyển Sáng thế ký 1. Trong phiên bản thứ hai xuất hiện sớm hơn, hay phiên bản "Jawhist", chúng ta tìm thấy một nguyên bản khác, liên quan đến Adam và Eve (với các chi tiết về tạo hóa khác nhau đôi chỗ) cũng như các câu chuyện về Cain và Abel, hay Noah và tháp Babel. Đó là quyển

Sáng thế ký từ 2 đến 11. Để hiểu Sáng thế ký 1, câu chuyện Priestly, với sự quả quyết rằng lời nói chính là thế lực sáng tạo cơ bản, trước tiên chúng ta sẽ cần xem xét một vài giả định cơ bản và cổ xưa (chúng có sự khác biệt rõ về thể loại và chủ đích trong những các giả định khoa học, mà theo ngôn ngữ lịch sử là khá lạ thường).

Những chân lý khoa học đã được làm rõ cách đây chỉ 500 năm trước các tác phẩm của Francis Bacon, René Descartes và Isaac Newton. Bằng cách nào đó mà tổ tiên của chúng ta trước đó đã quan sát thế giới mà không cần thông qua lăng kính khoa học (hơn cả những gì họ có thể nhìn được từ Mặt trăng và các vì sao qua ống kính thủy tinh tương tự như kính thiên văn thời nay). Vì hiện nay chúng ta sống rất khoa học - và vô cùng duy vật - nên rất khó hiểu rằng những góc nhìn khác là có thể và thực sự tồn tại. Nhưng những người sống từ thời xa xưa - khi những trang sử thi nền tảng của nền văn hóa chúng ta vừa xuất hiện - lại quan tâm nhiều đến những hành động quyết định sự sống còn (và diễn giải thế giới theo cách nhìn phù hợp với mục tiêu đó) hơn là bất cứ điều gì gần với những điều chúng ta hiểu hiện nay về chân lý khách quan.

Trước buổi bình minh của thế giới quan khoa học, hiện thực đã được xây dựng theo một cách khác. Hữu thể được hiểu là địa hạt của hành động, chứ không phải địa hạt của vạn vật. Nó được hiểu như là thứ gì đó giống như một câu chuyện hay một vở kịch. Câu chuyện hay vở kịch ấy là một trải nghiệm sống chủ quan, vì nó tự biểu hiện trong ý thức của mỗi người đang sống theo từng khoảnh khắc. Nó là điều gì đó tương tự như những câu chuyện mà chúng ta kể cho nhau nghe về cuộc sống cũng như tầm quan trọng của bản nhân mình; điều gì đó gần giống câu chuyện mà các tiểu thuyết gia mô tả khi họ nắm bắt được sự tồn tại trong các trang sách

của mình. Trải nghiệm chủ quan - bao gồm các vật thể quen thuộc như cây cối và mây trời, chủ yếu là khách quan trong sự tồn tại của chúng, nhưng cũng (và quan trọng hơn) chính là những thứ giống như cảm xúc và ước mơ, đói khát và đau đớn. Qua trải nghiệm cá nhân, chúng chính là những yếu tố cơ bản nhất trong cuộc sống con người - theo quan niệm cổ xưa, kịch tính - và không dễ để rút gọn chúng thành các yếu tố tách rời và khách quan - dù có thông qua tư duy giản lược hóa hay duy vật hiện đại. Hãy lấy ví dụ bằng nỗi đau - tức nỗi đau chủ quan. Nó là một điều gì đó chân thực đến nỗi không phải bàn cãi hay kháng cự được. Mọi người đều hành động như thể nỗi đau của họ là có thật - để rồi sau cùng nó là thật. Nỗi đau quan trọng hơn cả những vấn đề vật chất. Chính vì lý do này mà tôi tin rằng rất nhiều truyền thống của thế giới có mối liên hệ với những kẻ đau khổ tranh giành sự sống, và đây như một chân lý không thể chối cãi của Hữu thể.

Trong bất kỳ trường hợp nào, những điều chúng ta trải nghiệm một cách chủ quan đều dễ gây liên tưởng đến một cuốn tiểu thuyết hay một bộ phim hơn là một bản mô tả khoa học về thực tại vật chất. Đó là một vở kịch về trải nghiệm sống - cái chết lạ thường, bi thảm của chính cha bạn, so với cái chết khách quan được liệt kê trong hồ sơ bệnh án của bệnh viện; nỗi đau từ mối tình đầu của bạn; sự tuyệt vọng khi hy vọng sụp đổ; niềm vui hiện hữu trước thành công của con cái…

ĐỊA HẠT KHÔNG PHẢI LÀ VẤN ĐỀ, MÀ VẤN ĐỀ LÀ ĐỊA HẠT GÌ

Thế giới vật chất có thể được rút gọn, theo khái niệm khoa học, thành những thành tố cơ bản như: phân tử, nguyên tử, thậm chí hạt vi lượng. Tuy nhiên, thế giới trải nghiệm cũng có những thành phần nguyên thủy. Đây là

những yếu tố cần thiết mà sự tương tác của chúng định nghĩa nên sự kịch tính và hư cấu. Một trong số đó là sự hỗn loạn. Tiếp theo là trật tự. Thứ ba (vì có ba yếu tố) là quá trình dung hòa trung gian giữa hỗn loạn và trật tự, có vẻ giống hệt điều mà người hiện đại gọi là "ý thức". Nó là sự khuất phục vĩnh viễn của con người đối với hai yếu tố đầu tiên, khiến chúng ta hoài nghi về giá trị của sự tồn tại - rồi đẩy ta vào vòng tay của nỗi tuyệt vọng, khiến ta không thể chăm sóc bản thân mình đúng cách. Đây là nhận thức đúng đắn về yếu tố thứ ba, cho phép chúng ta tìm thấy lối ra thực sự duy nhất.

Hỗn loạn là địa hạt của chính sự vô tri. Đó là vùng đất chưa được khám phá. Hỗn loạn là những gì trải dài, vĩnh hằng và không có giới hạn, ngoài ranh giới của mọi quốc gia, ý thức hệ và luật lệ. Nó là kẻ ngoại lai, người lạ, thành viên của một băng đảng khác, tiếng xào xạc trong bụi cây vào ban đêm, con quái vật dưới gầm giường, sự giận dữ ngấm ngầm của bà mẹ và bệnh tật của con cái. Hỗn loạn là nỗi tuyệt vọng và cảm giác kinh khủng mà bạn cảm thấy khi bị phản bội. Đó là kết cục dành cho bạn khi mọi thứ tan tành; khi giấc mơ đã chết, sự nghiệp thất bại hay hôn nhân đổ vỡ. Đó là thế giới ngầm của chuyện cổ tích và huyền thoại, nơi con rồng và kho vàng mà nó bảo vệ cùng tồn tại mãi mãi. Hỗn loạn là nơi chúng ta đứng mà không biết mình đang ở đâu, và làm những việc mà không biết mình đang làm gì. Tóm lại là tất cả những sự việc và tình huống mà chúng ta không biết hay không hiểu.

Hỗn loạn cũng là tiềm năng vô định mà nhờ đó Thượng Đế trong Sáng thế ký 1 đã dựa vào để lập nên trật tự thông qua sử dụng ngôn ngữ từ thuở hồng hoang. Nó cũng là tiềm năng mà chúng ta, những kẻ được nhào nặn trên hình tượng của Ngài, tạo nên những thời khắc mới mẻ và không

ngừng thay đổi trong cuộc sống của chúng ta. Và hỗn loạn cũng chính là tự do, một sự tự do kinh khiếp.

Ngược lại, trật tự là *vùng đất đã được khám phá*. Đó là hệ thống cấp bậc vị trí, địa vị và quyền lực của nơi sống đã trải qua hàng trăm triệu năm tuổi. Đó là cấu trúc của xã hội. Nó cũng là cấu trúc mà sinh học mang lại, đặc biệt nếu bạn thích ứng với nó thông qua cấu trúc xã hội như hiện nay. Trật tự là bộ lạc, tôn giáo, tổ ấm, quê hương và đất nước. Đó là căn phòng khách ấm áp và an toàn, nơi lò sưởi bập bùng và trẻ con vui đùa. Đó là lá quốc kỳ. Đó là giá trị của tiền tệ. Trật tự là sàn nhà dưới chân ta, là kế hoạch cho từng ngày. Đó là sự vĩ đại của truyền thống, là hàng ghế nơi lớp học, là những con tàu rời bến đúng giờ, là quyển lịch, là đồng hồ. Trật tự là vẻ ngoài công khai mà chúng ta được mời khoác lên, là sự tử tế của một nhóm người lạ mặt văn minh và là lớp băng mỏng mà chúng ta đều trượt lên đó. Trật tự là nơi hành vi của thế giới ăn khớp với những kỳ vọng và khao khát của chúng ta; là nơi mọi thứ diễn ra đúng như chúng ta mong muốn. Tuy nhiên, trật tự đôi khi cũng bạo ngược và lố bịch, khi nhu cầu về tính chắc chắn, đồng nhất và sự thuần khiết trở nên quá đỗi một chiều.

Khi mọi thứ chắc chắn, nghĩa là chúng ta đang sống trong trật tự. Chúng ta ở đó khi mọi việc diễn ra đúng kế hoạch, không có gì lạ lẫm và đáng lo ngại. Trong địa hạt của trật tự, mọi việc đều diễn ra theo ý Chúa. Chúng ta muốn sống trong đó. Môi trường quen thuộc rất vừa ý. Trong trật tự, chúng ta có thể suy nghĩ về lâu về dài. Tại đó, mọi thứ đều như ý, chúng ta thì ổn định, bình tĩnh và thành thục. Vì lý do đó, chúng ta hiếm khi rời bỏ chốn quen thuộc mà mình hiểu biết - về mặt địa lý hay khái niệm - và chắc chắn chúng ta không thích bị ép buộc phải rời bỏ nó hay khi chuyện này diễn ra một cách tình cờ.

Khi bạn có một người bạn trung thành, một đồng minh đáng tin cậy, nghĩa là bạn đang ở trong trật tự. Khi cũng người ấy phản bội bạn, bán rẻ bạn, bạn sẽ chuyển từ thế giới tràn đầy ánh sáng của sự minh bạch và chân lý sang thế giới ngầm đen tối của hỗn loạn, hoang mang và tuyệt vọng. Đó cũng là động thái mà bạn thực hiện, cũng là "chốn" bạn ghé thăm khi công ty nơi bạn làm việc bắt đầu lụn bại và công việc của bạn bị đặt vào vòng hoài nghi. Khi bản khai thuế của bạn được nộp, đó là trật tự. Khi bạn bị kiểm toán, đó là hỗn loạn. Hầu hết mọi người đều thà bị bóp cổ còn hơn là bị thẩm tra. Trước khi Tháp đôi sụp đổ, đó là trật tự. Sau đó hỗn loạn mới hiện nguyên hình. Mọi người đều cảm nhận được nó. Cả bầu không khí trở nên không chắc chắn. Sự sụp đổ này chính xác là gì? Hỏi sai rồi. Những thứ còn lại vẫn đứng vững chính xác là gì? Đó mới là vấn đề trước mắt.

Khi mặt băng mà bạn đang trượt đủ rắn chắc, đó là trật tự. Khi mặt băng nứt ra và vỡ tan, rồi bạn hụt chân rơi xuống hố băng, đó là hỗn loạn. Trật tự là xứ Shire - nơi sinh sống của những anh chàng Hobbit[17] trong tác phẩm của Tolkien: yên bình, hữu ích và an toàn để sống, thậm chí ngây ngô. Hỗn loạn là khi vương quốc ngầm của những người lùn bị con rồng Smaug tiến chiếm của cải. Hỗn loạn là đáy đại dương sâu thẳm mà Pinocchio phải vượt qua để giải cứu cha mình khỏi Monstro - con cá voi khổng lồ. Cuộc hành trình bước vào bóng tối để giải cứu là điều khó khăn nhất mà chú bé người gỗ phải làm, nếu chú ta muốn trở thành một bé trai thật sự; nếu chú ta muốn giải thoát bản thân khỏi những cám dỗ của sự lọc lừa, bạo hành, nô dịch, sự thỏa mãn bột phát và bị khuất phục trước bạo quyền; nếu chú ta muốn bước lên vị thế một Hữu thể chân chính trên thế giới.

Trật tự là sự bền vững của hôn nhân. Nó được chống đỡ bởi những truyền thống trong quá khứ và kỳ vọng của bạn - vốn thường có nền tảng từ những truyền thống ấy mà ta không thấy được. Hỗn loạn nghĩa là sự bền vững sụp đổ dưới chân khi bạn phát hiện ra người bạn đời không chung thủy. Hỗn loạn là trải nghiệm chao đảo trong một không gian không bến bờ, không nơi nương tựa, khi những thói quen và truyền thống dẫn dắt bị sụp đổ.

Trật tự là không-thời gian nơi các chân lý luôn vô hình của bạn hiển hiện, bằng cách thiết lập trải nghiệm và những hành động của bạn để những gì nên xảy ra sẽ xảy ra. Hỗn loạn là một không-thời gian mới, xuất hiện khi bi kịch ập đến bất ngờ, hoặc khi cái ác lộ ra chân tướng khiến ai cũng bàng hoàng, ngay cả trong phạm vi giới hạn của chính ngôi nhà bạn. Điều gì đó khôn lường hoặc không mong muốn có thể luôn xuất hiện khi một kế hoạch được đưa ra, bất kể những tình huống ấy quen thuộc đến mức nào chăng nữa. Khi điều đó xảy ra, không gian sẽ dịch chuyển. Xin đừng nhầm lẫn ở đây: Không gian nhìn từ ngoài có thể vẫn như cũ. Tuy nhiên, chúng ta sống trong thời gian lẫn không gian. Nên ngay cả những nơi chốn lâu đời nhất và quen thuộc nhất vẫn chứa đựng một khả năng gây ngạc nhiên cho chúng ta, mà không thể tiêu trừ được. Bạn có thể hạnh phúc lao xuống phố trên chiếc xe hơi mà bạn biết rõ và yêu thích bao năm nay. Nhưng thời gian đã trôi đi. Phanh có thể hỏng. Bạn có thể phải cuốc bộ xuống phố bằng cơ thể mà bạn luôn phải dựa vào. Nếu tim bạn gặp vấn đề, thậm chí chỉ trong chốc lát, mọi thứ sẽ thay đổi. Những chú chó thân thiện vẫn có thể cắn như thường. Những người bạn cũ đáng tin cậy vẫn có thể trở mặt. Những ý tưởng mới có thể hủy diệt những sự chắc chắn xưa cũ và dễ chịu. Những điều trên rất quan trọng. Và chúng có thật.

Khi hỗn loạn xuất hiện, bộ não của chúng ta phản ứng kịp thời bằng các mạch thần kinh đơn giản, siêu tốc từ thuở sơ khai, lúc tổ tiên chúng ta còn cư ngụ trên cây và bị con rắn tấn công. Ngay lập tức, phản ứng chống trả quyết liệt của cơ thể liền xuất hiện, và về sau tiến hóa thành những phản ứng xúc cảm phức tạp nhưng chậm hơn - rồi sau đó, tư duy xuất hiện, với một trật tự cao hơn, có thể kéo dài hàng giây, hàng phút hoặc hàng năm trời. Toàn bộ phản ứng ấy là bản năng theo nghĩa nào đó - nhưng phản ứng càng nhanh thì tính bản năng lại càng cao.

HỖN LOẠN VÀ TRẬT TỰ: TÍNH CÁCH, NAM VÀ NỮ

Hỗn loạn và trật tự là hai trong số những yếu tố cơ bản nhất của trải nghiệm sống, là hai trong số những thành phần cơ bản nhất của Hữu thể. Nhưng chúng không phải là sự vật hay sự việc và chúng cũng không được chiêm nghiệm theo cách như thế. Sự vật hay sự việc là một phần của thế giới khách quan. Chúng vô tri, vô giác và vô hồn. Chúng là sự chết chóc. Điều này không đúng đối với hỗn loạn và trật tự. Chúng được lĩnh hội, trải nghiệm và hiểu rõ (đến mức am tường tất cả) như là tính cách - và điều này cũng đúng với nhận thức, kinh nghiệm và sự hiểu biết của người hiện đại như các bậc tổ tiên xa xưa. Chỉ là người hiện đại không chú ý mà thôi.

Thoạt tiên, trật tự và hỗn loạn không được hiểu một cách khách quan (như sự vật hay sự việc), rồi được nhân cách hóa. Điều đó chỉ xảy ra nếu chúng ta nhìn nhận thực tế khách quan *trước tiên, rồi sau đó* đến dự định và mục đích. Nhưng đó không phải là cách thức vận hành của nhận thức, bất chấp định kiến của chúng ta thế nào. Ví dụ, nhận thức về những vật dụng như công cụ, xảy ra trước hoặc trong sự hòa hợp với nhận thức về vật dụng như những đồ vật. Chúng ta nhận ra ý nghĩa của sự vật, sự việc

cũng nhanh như, hoặc nhanh hơn cả khi thấy được chúng. Việc nhận thức các sự vật như là thực thể có tính cách cũng xảy ra trước khi nhìn nhận vật thể như sự vật. Điều này đặc biệt đúng với hành động của những sự vật khác, hay các vật sống khác nhưng chúng ta cũng thấy một "thế giới khách quan" không phải thể sống nhưng vẫn sống động, có mục đích và ý định. Đó là nhờ cơ chế mà các nhà tâm lý học gọi là "bộ phát hiện yếu tố hiếu động thái quá" trong chúng ta. Chúng ta đã tiến hóa qua hàng thiên niên kỷ, trong những hoàn cảnh mang tính xã hội sâu sắc. Điều này có nghĩa yếu tố quan trọng nhất trong môi trường nguyên bản của chúng ta là tính cách, chứ không phải sự vật, sự việc hay tình huống.

Các tính cách mà chúng ta đã tiến hóa để lĩnh hội luôn hiện hữu sẵn có, trong hình thái dễ lường trước và trong những cơ cấu giai bậc tiêu biểu, dành cho mọi ý định và mục đích. Ví dụ, trong hơn một tỉ năm qua, chúng ta đã luôn là nam giới hoặc nữ giới. Đây là một quãng thời gian dài. Sự phân chia cuộc sống thành cặp giới tính song hành này diễn ra trước khi các loài động vật đa bào tiến hóa. Chính trong khoảng 1/5 quãng thời gian ấy, các loài động vật có vú đã xuất hiện và có thiên tính chăm sóc chu đáo cho những con non của chúng. Do đó, khái niệm "cha mẹ" và/hoặc "con cái" đã xuất hiện khoảng 200 triệu năm trước. Rất lâu trước sự tồn tại của các loài chim hay những bông hoa. Dù không phải là một tỉ năm, nhưng cũng vẫn là một quãng thời gian rất dài, đủ dài để giống đực/nam, giống cái/ nữ cũng như cha mẹ, con cái đóng vai trò như những phần sống còn, cơ bản của môi trường mà chúng ta đã thích nghi. Điều này có nghĩa với chúng ta, nam và nữ, cha mẹ và con cái là các phạm trù - các phạm trù tự nhiên, đã in sâu vào những cấu trúc nhận thức, cảm xúc và động lực của chúng ta.

Não bộ chúng ta mang tính xã hội sâu sắc. Những sinh vật khác (cụ thể là những người khác) đóng vai trò tối quan trọng đối với chúng ta khi chúng ta sinh sống, giao phối và phát triển. Những sinh vật này đúng nghĩa là môi trường sống tự nhiên của chúng ta. Theo học thuyết Darwin, tự nhiên - hay bản thân thực tại, bản thân môi trường - là thứ chọn lọc. Môi trường không thể được định nghĩa là gì ngoài một "cách thức cơ bản". Nó không đơn thuần là một thứ vật chất trơ ì. Bản thân thực tại là tất cả những gì chúng ta phải đương đầu khi cố gắng tồn tại và duy trì nòi giống. Phần lớn môi trường là những sinh thể khác, là quan điểm của họ/chúng về chúng ta, cũng như cộng đồng của họ/chúng. Môi trường là như thế đấy.

Trong hàng thiên niên kỷ qua, khi năng lực trí não của chúng ta tăng lên và phát triển thừa sự tò mò, chúng ta ngày càng nhận thức và tò mò hơn về bản chất của thế giới - những điều mà sau cùng chúng ta đã khái niệm hóa về thế giới khách quan - ngoài tính cách của gia đình và quần thể. Và "cái bên ngoài" không chỉ là vùng đất hữu hình chưa được khám phá. Cái *bên ngoài* vượt xa khỏi tầm hiểu biết của chúng ta và hiểu biết chính *là đối phó và đương đầu*, chứ không đơn thuần là *hình dung một cách khách quan*. Nhưng trí não của chúng ta từ lâu đã tập trung vào người khác. Do đó, dường như chúng ta đã bắt đầu nhận thức về một thế giới chưa biết, hỗn loạn, phi nhân với những phạm trù bẩm sinh trong bộ não xã hội của mình. Và thậm chí đây còn là một phát biểu sai: Khi bắt đầu nhận thức về một thế giới chưa biết, hỗn loạn và không có giống loài nào, chúng ta đã sử dụng các phạm trù mà ban đầu tiến hóa để đại diện cho một *thế giới xã hội tiền nhân loại*. Trí não của chúng ta lâu đời hơn bản thân nhân loại. Các phạm trù của chúng ta lâu đời hơn giống loài của mình rất

nhiều. Phạm trù cơ bản nhất của chúng ta - lâu đời như chính bản thân hành vi tính dục, theo nghĩa nào đó - dường như chính là phạm trù về giới tính, về con đực và con cái. Chúng ta dường như đã tiếp thu được kiến thức nguyên thủy về sự đối lập mang tính cấu trúc và sáng tạo, cũng như bắt đầu diễn giải mọi thứ thông qua lăng kính của chính nó.

Trật tự, hay cái đã biết, dường như là sự xuất hiện biểu trưng gắn với tính nam (như được minh họa trong thuộc tính *dương* của biểu tượng âm-dương trong Đạo giáo mà tôi đã đề cập). Điều này có lẽ là bởi cơ cấu cấp bậc chủ đạo của xã hội loài người là tính đực, như trong phần lớn các loài động vật, kể cả những con tinh tinh có bộ gien di truyền và hành vi gần gũi nhất với chúng ta - điều này vẫn còn gây tranh cãi. Đó là vì trong suốt tiến trình lịch sử, con người đã xây dựng nên các thị trấn, thành phố, trở thành các kỹ sư, thợ xây đá, thợ xây gạch, tiều phu và những người vận hành máy móc hạng nặng. Trật tự là Chúa Cha, là Thánh Thi, là Người cai quản và Người xét thưởng phạt. Trật tự là lực lượng cảnh sát và quân đội trong thời bình. Đó là nền văn hóa chính trị, môi trường doanh nghiệp và hệ thống. Trật tự là "họ" trong "bạn biết họ nói gì rồi đấy". Đó là thẻ tín dụng, lớp học, nhóm tính tiền trong siêu thị, đèn giao thông và các tuyến đường quen thuộc của người đi làm hằng ngày. Trật tự, khi bị đẩy quá xa và bị mất cân bằng, cũng có thể biểu lộ theo hướng tàn phá và kinh sợ. Đó chính là di dân cưỡng ép, là trại tập trung của phát-xít.

Hỗn loạn - những điều chưa biết - mang tính biểu trưng gắn liền với tính nữ. Điều này một phần là vì mọi thứ mà chúng ta biết đến nay đều được sinh ra nguyên bản từ cái chưa biết, giống như mọi hữu thể mà chúng ta gặp gỡ đều được mẹ sinh ra. Hỗn loạn là thân mẫu, là nguồn gốc, là khởi nguyên, là mẹ; là *nguồn cội*, nơi thành tố của tất cả mọi thứ sinh

ra. Nó cũng là *điều quan trọng*, hay *điều có tầm quan trọng* - một phạm trù thuộc về tư duy và giao tiếp. Dưới vỏ bọc tích cực, hỗn loạn chính là một khả năng, nguồn ý tưởng, một lĩnh vực bí ẩn của thai nghén và sinh nở. Khi là một tác động tiêu cực, đó là bóng tối không thể xuyên thủng của hang động hay tai nạn ở bên đường. Đó là gấu xám mẹ lo lắng cho đàn con và xem bạn như một kẻ thù tiềm tàng và sẽ xé xác bạn thành từng mảnh.

Hỗn loạn, hay tính nữ bất diệt, cũng là tác động mãnh liệt của chọn lọc giới tính. Phụ nữ là những người mẹ kén chọn (không như những con tinh tinh cái, họ hàng gần gũi nhất với họ trong giới động vật). Hầu hết đàn ông không đáp ứng được các tiêu chuẩn của phụ nữ. Chính vì lý do này mà các trang web hẹn hò đánh giá 85% nam giới có sức hấp dẫn dưới mức trung bình. Chính vì lý do này mà tất cả chúng ta có số lượng tổ tiên là phụ nữ nhiều gấp đôi so với đàn ông (hãy hình dung tất cả những phụ nữ từng sống trên đời đều chỉ sinh trung bình một con. Giờ hãy tưởng tượng rằng một nửa số đàn ông từng sống trên đời đều có hai con, trong khi nửa còn lại không có con). Bản chất của Phụ nữ sẽ nhìn một nửa số đàn ông còn lại và nói: "Không!" Đối với đàn ông, câu trả lời đó chính là cuộc chạm trán trực diện với sự hỗn loạn và nó diễn ra cùng với một lực tàn phá mỗi khi họ bị từ chối hẹn hò. Sự kén chọn của "người" nữ cũng là lý do chúng ta lại rất khác biệt so với tổ tiên chung, trong khi những người anh em họ của chúng ta - loài tinh tinh - lại rất giống nhau. Khuynh hướng nói "không" của phụ nữ, hơn bất kỳ tác động nào khác, đã định hình nên sự tiến hóa của chúng ta, giúp chúng ta trở thành những sinh vật sáng tạo, cần mẫn, thẳng thắn với bộ não lớn (cạnh tranh, hiếu chiến, hách dịch) như hôm nay. Tự nhiên, cũng là Phụ nữ, sẽ nói: "Ôi, hỡi kẻ huênh hoang, ngươi đã đủ tốt để kiếm cho mình một bạn hữu, nhưng kinh nghiệm của ta về

ngươi cho đến nay vẫn không thể biểu thị sự phù hợp nào từ vật chất di truyền của ngươi để tiếp tục nhân giống."

Các biểu tượng tôn giáo sâu sắc nhất phụ thuộc phần lớn vào quyền lực của họ trong quá trình phân chia khái niệm lưỡng cực cơ bản này. Ngôi sao David là một ví dụ, với hình tam giác hướng xuống dưới tượng trưng cho nữ giới, và một tam giác khác hướng lên trên tượng trưng cho nam giới[18]. Tương tự như yoni và lingam của Hindu giáo (biểu tượng được bao phủ bởi những con rắn, kẻ thù và kẻ khiêu khích của chúng ta thời xa xưa: Shiva Linga được mô tả là các nữ thần rắn có tên gọi Naga). Người Ai Cập cổ đại mô tả Osiris, vị thần của đất nước, và Isis, nữ thần của cõi âm, như hai con rắn hổ mang song sinh có đuôi quấn chặt với nhau. Biểu tượng này cũng được sử dụng ở Trung Quốc để miêu tả thần Phục Hi và mẹ Nữ Oa, những người tạo ra nhân loại và chữ viết. Những hình ảnh đại diện trong Cơ đốc giáo ít trừu tượng hơn và mang nhiều cá tính hơn, nhưng cũng giống với những hình ảnh quen thuộc của phương Tây về Đức Mẹ Đồng trinh Maria, Chúa Hài đồng và Đức Mẹ Sầu bi Pietà, đều thể hiện sự song hợp giữa nữ và nam, cũng như nhấn mạnh truyền thống về "lưỡng thể đồng tại" của Chúa Giê-su.

Cuối cùng, cũng cần lưu ý rằng, bản thân cấu trúc của bộ não ở mức hình thái tổng thể dường như cũng phản ánh tính đối ngẫu đó. Đối với tôi, điều này chỉ ra một thực tại cơ bản vượt ngoài phép ẩn dụ về sự phân chia tính nữ/tính nam, vì não bộ - đúng theo định nghĩa - phải thích nghi theo thực tiễn (nghĩa là thực tiễn được khái niệm hóa tương tự như cách của Darwin). Elkhonon Goldberg, học trò của nhà tâm lý học thần kinh vĩ đại người Nga Alexander Luria, đã phát biểu một cách rõ ràng và thẳng thắn rằng: Cấu trúc bán cầu của vỏ não phản ánh rõ sự phân chia cơ bản giữa

tính mới lạ (những cái chưa biết, hay hỗn loạn) với thông lệ (những cái đã biết, hay trật tự). Anh không dẫn ra các biểu tượng đại diện cho cơ cấu của thế giới dựa trên thuyết này, nhưng thế lại tốt hơn: Một ý tưởng sẽ đáng tin cậy hơn khi nó xuất hiện như kết quả của một cuộc tìm hiểu trong các lĩnh vực khác nhau.

Chúng ta đều thấu hiểu điều này, nhưng lại không hề biết là mình đã lĩnh hội được. Thế nhưng khi nói rõ điều đó theo cách này thì chúng ta lại lĩnh hội ngay lập tức. Mọi người đều hiểu trật tự và hỗn loạn, thế giới đang sống và thế giới bên kia khi nó được giải thích bằng những thuật ngữ thế này. Tất cả chúng ta đều ý thức rõ về sự hỗn loạn ẩn dưới mọi thứ quen thuộc. Đó là lý do chúng ta hiểu rõ những câu chuyện kỳ lạ, quái dị như Chú bé người gỗ Pinocchio, Công chúa ngủ trong rừng, Vua sư tử, Nàng tiên cá và Giai nhân và quái vật với những cảnh quan vĩnh cửu, của điều đã biết và điều chưa biết, của nhân gian và Địa Ngục. Chúng ta đều đã tồn tại ở cả hai nơi: Đôi khi do ngẫu nhiên, đôi khi do sự lựa chọn.

Nhiều thứ bắt đầu trở về đúng chỗ khi bạn bắt đầu nhận thức có chủ ý về thế giới theo cách này. Cứ như thể hiểu biết về cơ thể và linh hồn của bạn ăn khớp với kiến thức về trí tuệ của bạn. Và hơn thế nữa: Kiến thức ấy vừa không giới hạn, vừa bài trừ. Kiểu như nếu biết được cái gì, bạn sẽ biết được như thế nào. Kiểu như từ như thế mà bạn luận ra được nên thế nào. Ví dụ, sự kề cận giữa âm và dương trong Đạo giáo không chỉ đơn giản mô tả hỗn loạn và trật tự như các yếu tố cơ bản của Hữu thể, mà còn cho bạn biết phải hành động như thế nào. Đạo, hay lối sống của Đạo gia, được đại diện bởi (hoặc tồn tại trên) ranh giới giữa hai con rắn. Đạo ở đây là con đường chính đáng của Hữu thể. Cũng chính Đạo này được dẫn trong lời của Chúa Giê-su: "Ta là con đường, chân lý và sự sống" (John 14:6). Ý

tưởng tương tự cũng thể hiện trong Ma-thi-ơ 7:14: "*Cửa hẹp và đường chật dẫn đến sự sống, nên kẻ tìm ra nó vốn không nhiều*."

Chúng ta mãi mãi sống trong trật tự và bị hỗn loạn bao quanh. Chúng ta mãi mãi chiếm lĩnh vùng lãnh thổ đã biết, bị bao quanh bởi những điều chưa biết. Chúng ta trải nghiệm sự gắn bó đầy ý nghĩa khi hòa giải mâu thuẫn giữa chúng một cách phù hợp. Chúng ta đã thích nghi, theo nghĩa sâu xa nhất của thuyết Darwin, không phải với thế giới của sự vật, mà với các siêu thực thể của trật tự và hỗn loạn, của âm và dương. Hỗn loạn và trật tự tạo thành một môi trường vĩnh cửu, siêu việt cho kẻ sống.

Đứng giữa tính đối ngẫu cơ bản ấy nghĩa là phải "cân bằng": Phải đặt một chân đứng vững bên phía trật tự và an toàn; và chân còn lại trong hỗn loạn, khả năng, tăng trưởng và mạo hiểm. Khi cuộc sống bỗng dưng tiết lộ bản chất của nó là dữ dội, hấp dẫn và có ý nghĩa; khi thời gian cứ trôi đi còn bạn quá mải mê với những gì đang làm mà không chú ý đến nó - nó sẽ xuất hiện ngay đó và bạn được đặt chính xác vào ranh giới giữa trật tự và hỗn loạn. Ý nghĩa chủ quan mà chúng ta bắt gặp tại đó là phản ứng của bản thể sâu sắc nhất trong chúng ta, bản thể bản năng được hình thành từ đặc điểm thần kinh học và sự tiến hóa của chúng ta. Chúng chỉ ra rằng chúng ta không những đang đảm bảo sự ổn định mà còn mở rộng vùng lãnh thổ hữu ích và có thể sinh sống, một nơi chốn riêng tư, mang tính xã hội và tự nhiên. Đây là một nơi phù hợp để tồn tại theo mọi nghĩa. Bạn sẽ ở đó khi thời gian và địa điểm ấy có ý nghĩa quan trọng. Nó cũng là điều mà âm nhạc thủ thỉ với bạn, lúc bạn đang lắng nghe nó - hay hơn thế nữa là nhảy múa - khi các khuôn mẫu hài hòa nhiều lớp của khả năng đoán biết lẫn không thể dự đoán khiến cho bản thân ý nghĩa trỗi dậy, từ những tầng sâu sắc nhất trong Hữu thể của bạn.

Hỗn loạn và trật tự là những yếu tố cơ bản bởi vì mọi tình huống mà ta đã kinh qua (thậm chí mọi tình huống mà tà từng trải qua và lĩnh hội được) đều được tạo thành từ cả hai. Bất kể chúng ta ở đâu, luôn có một số điều mà ta có thể xác định, vận dụng và tiên đoán, cũng như một số điều mà ta không thể biết hay hiểu được. Dù chúng ta là ai, là một người băng qua Sa mạc Kalahari hay chủ ngân hàng ở Phố Wall, vẫn sẽ có một số điều chúng ta có thể kiểm soát được và một số thì không. Đó là lý do cả hai loại người đều hiểu được những câu chuyện giống nhau và sống trong phạm vi giới hạn của cùng các chân lý vĩnh cửu. Sau cùng, thực tại cơ bản của hỗn loạn và trật tự luôn đúng đối với mọi thể sống, chứ không chỉ với chúng ta. Những vật sống luôn được tìm thấy ở những nơi mà chúng có khả năng quán triệt và được vây quanh bởi những sự vật và tình huống dễ khiến chúng bị tổn thương.

Chỉ có trật tự thôi thì không đủ. Bạn không thể cứ an toàn, ổn định và bất biến, vì ngoài kia vẫn còn rất nhiều những điều mới mẻ quan trọng và sống còn cần phải học. Tuy nhiên, hỗn loạn có thể thái quá. Bạn không thể tiếp tục chịu đựng việc bị chèn ép và chôn vùi quá lâu vượt quá khả năng đối phó của mình, trong khi đang học hỏi những điều mình còn cần phải biết. Vì vậy, bạn cần đặt một chân ở nơi bạn đã làm chủ và hiểu được, và chân còn lại ở nơi bạn còn đang khám phá và chinh phục. Như vậy, bạn đã tự đặt mình ở nơi mà nỗi kinh hoàng về sự tồn tại vẫn trong tầm kiểm soát và bạn còn an toàn, nhưng chính tại đó, bạn cũng cảnh giác và hòa mình. Đó là nơi có điều gì đó mới mẻ để ta làm chủ và có phương cách nào đó để ta cải thiện. Đó cũng là nơi ta tìm thấy ý nghĩa.

VƯỜN ĐỊA ĐÀNG

Như ta đã thảo luận, hãy nhớ lại rằng Sáng thế ký đã được trộn lẫn từ nhiều nguồn khác nhau. Sau câu chuyện Priestly mới mẻ hơn (Sáng thế ký 1) thuật lại sự xuất hiện của trật tự từ hỗn loạn, là đến phần thứ hai cổ xưa hơn - "Jahwist" - cơ bản bắt đầu từ Sáng thế ký 2. Trong bản Jahwist, người ta sử dụng cái tên YHWH hay Jahweh để đại diện cho Thượng Đế, bao hàm câu chuyện về Adam và Eve, cùng với sự giảng giải đầy đủ hơn nhiều về những sự kiện xảy ra trong "ngày thứ sáu" được ám chỉ đến câu chuyện "Priestly" trước đây. Tính liên tục của các câu chuyện dường như là kết quả do công việc hiệu đính kỹ lưỡng từ một người hoặc nhiều người mà các học giả Kinh Thánh gọi là "người Biên soạn"; họ đan kết các câu chuyện. Điều này có thể xảy ra khi những người tôn thờ hai truyền thống thống nhất với nhau vì lý do nào đó; và sự bất hợp lý của các câu chuyện được trộn lẫn, cùng phát triển một cách vụng về theo thời gian, và làm ảnh hưởng đến những ai có ý thức, dũng khí và bị ám ảnh bởi sự cố kết.

Theo câu chuyện sáng thế Jahwist, Thượng Đế đã tạo ra một không gian được bao bọc gọi là Eden - Địa đàng (trong tiếng Aramaic - ngôn ngữ của Chúa Giê-su - nghĩa là nơi được tưới mát) hoặc Thiên Đường (hay paraidaeza theo tiếng Iran hoặc Avestan cổ, nghĩa là có rào hoặc tường bao bọc, bảo vệ). Thượng Đế đã đưa Adam đến đó, cùng với tất cả các loại cây cho quả, mà hai trong số đó đã được đánh dấu riêng. Một là Cây Sự sống; còn cây kia là Cây Biết Thiện Ác. Thượng Đế đã nói với Adam rằng anh cứ ăn no nê cây trái như mong muốn, nhưng cấm ăn quả của Cây Biết Thiện Ác. Sau đó, Ngài tạo ra Eve như đồng bạn của Adam[19].

Ban đầu, khi lần đầu tiên đặt chân vào chốn Thiên Đường, Adam và Eve chắc chắn không có ý thức gì về bản thân. Như câu chuyện đã nhấn mạnh, phụ mẫu đầu tiên của chúng ta đều khỏa thân nhưng không hề cảm

thấy xấu hổ. Cách diễn đạt như vậy trước hết ngụ ý rằng: Việc người nào đó xấu hổ về sự lõa thể của mình là điều hoàn toàn tự nhiên và bình thường (nếu không thì cũng chẳng có gì để nói nếu ta không có) và ngụ ý thứ hai là có một cái gì đó không đúng, dù mang nghĩa tốt hơn hay xấu hơn, ở phụ mẫu đầu tiên của chúng ta. Mặc dù cũng có những ngoại lệ, nhưng chỉ có những đứa trẻ con dưới ba tuổi mới không xấu hổ nếu đột nhiên xuất hiện trong trạng thái trần truồng nơi công cộng - tất nhiên là không kể đến những kẻ phô trương kỳ quặc. Thực tế thì sự xuất hiện đột ngột của một kẻ mơ mộng, trần trụi trên sân khấu trước một khán phòng đầy người là cơn ác mộng nói chung.

Trong phần thứ ba của Sáng thế ký, một con rắn xuất hiện - ban đầu dường như là có chân. Chỉ có Thượng Đế mới biết tại sao Ngài cho phép - hoặc đặt tại đó - một sinh vật như thế trong khu vườn của mình. Tôi đã hoài nghi về ý nghĩa của điều này từ lâu. Dường như nó là sự phản ánh phần nào của sự lưỡng phân giữa hỗn loạn và trật tự vốn là đặc trưng của mọi trải nghiệm; trong đó Thiên Đường đóng vai trò như một trật tự sinh sống được, còn con rắn đóng vai trò là sự hỗn loạn. Con rắn ở Vườn Địa đàng tương đương với chấm đen của phần âm trong biểu tượng âm/dương toàn vẹn của Đạo giáo - tức khả năng mà cái chưa biết và mang tính cách mạng đột nhiên biểu lộ ra khi mọi thứ dường như đang ổn định.

Ngay cả đối với chính Thượng Đế, dường như Ngài cũng không thể tạo ra một không gian được bao bọc để bảo vệ hoàn toàn khỏi thế giới bên ngoài - không phải trong thế giới thực, với những giới hạn cần thiết được vây quanh bởi cái siêu việt. Bên ngoài, hay hỗn loạn, luôn len lỏi vào bên trong vì không điều gì có thể được che chắn hoàn toàn với phần còn lại của thực tại. Thế nên, ngay cả một không gian an toàn tuyệt đối hiển nhiên

cũng ẩn chứa một con rắn. Sẽ mãi luôn có những con rắn theo nghĩa đen, thường tình, thuộc loài bò sát trườn dưới cỏ và trong những tán cây chốn Thiên Đường châu Phi thuở sơ khai. Ngay cả khi tất cả chúng bị trục xuất (bởi đức Thánh George nguyên thủy theo cách nào đó không biết được), nhưng rắn vẫn còn giữ hình hài là kẻ thù nguyên thủy của chúng ta (ít nhất là khi chúng hành động như kẻ thù, từ các quan điểm hạn hẹp, bầy đàn và họ hàng của chúng ta). Xét cho cùng thì cũng không thiếu các cuộc xung đột và chiến tranh giữa các tổ tiên, bộ lạc của chúng ta.

Và ngay cả khi đã đánh bại mọi "con rắn" quấy rối mình, dù ở dạng bò sát hay con người, chúng ta vẫn không an toàn. Và giờ đây vẫn thế. Xét cho cùng, chúng ta đã nhìn thấy kẻ thù và hắn chính là ta. Con rắn cư ngụ trong mỗi linh hồn của chúng ta. Theo tôi, đây là lý do cho sự quả quyết kỳ lạ của Ki-tô giáo - được John Milton trình bày rõ nhất - rằng con rắn trong Vườn Địa đàng chính là Satan, hay bản thân Ác Linh. Tầm quan trọng của sự nhận diện mang tính biểu trưng này - hay tài hoa sửng sốt của nó - không hề bị phóng đại. Chính qua việc thực hành hình dung suốt cả thiên niên kỷ, mà ý tưởng về các khái niệm đạo đức trừu tượng đã phát triển, cùng với mọi thứ chúng bao hàm. Một nỗ lực vượt ngoài tầm hiểu biết đã tập trung cho ý tưởng Thiện-Ác và phép ẩn dụ huyền ảo bao quanh nó.

Cái xấu xa nhất của mọi loài rắn có thể là thiên hướng ác tâm vĩnh cửu của con người. Cái xấu xa nhất của mọi loài rắn có thể là tâm lý, tinh thần, cá nhân và nội tại. Không có bức tường nào, dù cao đến mấy, ngăn giữ được điều đó. Nói chung, ngay cả khi pháo đài đủ dày để giữ cho mọi thứ xấu xa nằm bên ngoài, nó vẫn sẽ lại lập tức xuất hiện bên trong. Như nhà văn vĩ đại người Nga Aleksandr Solzhenitsyn đã nhấn mạnh, lằn ranh giữa

Thiện và Ác sẽ cắt xuyên qua trái tim của mỗi con người.

Chỉ đơn giản là không có cách nào xóa bỏ một phần tách biệt của thực tại xung quanh rộng lớn hơn và khiến cho mọi thứ bên trong nó luôn dễ đoán và an toàn. Dù bị khai trừ cẩn thận, kỹ lưỡng thế nào, thì con rắn sẽ luôn lén lút trở lại. Nói theo cách ẩn dụ, việc con rắn xuất hiện là điều không thể tránh khỏi. Ngay cả những bậc cha mẹ chu đáo nhất cũng không thể bảo vệ con mình vẹn toàn, dù họ nhốt chúng trong một tầng hầm riêng, an toàn, tránh xa ma túy, bia rượu và phim ảnh đồi trụy trên mạng. Trong trường hợp cực đoan ấy, bậc phụ huynh quá thận trọng, quá chăm lo cho con đến nỗi chỉ đơn thuần thay thế những vấn đề tồi tệ trong cuộc sống bằng chính bản thân họ. Đây cũng chính là cơn ác mộng Oedipus vĩ đại của Freud. *Tốt hơn hết hãy hình thành Hữu thể bằng khả năng chăm sóc của bạn thay vì bảo vệ chúng*.

Và ngay cả khi có thể vĩnh viễn loại trừ hết các mối đe dọa - mọi nguy hiểm (và do đó chỉ còn lại những thử thách và thú vị) - điều ấy chỉ có nghĩa là một mối nguy hiểm khác sẽ xuất hiện: Từ bản tính con trẻ và sự vô dụng tuyệt đối thường trực ở con người. Bản chất con người có thể đạt được tiềm năng trọn vẹn thế nào nếu không có thách thức và nguy hiểm? Chúng ta sẽ trở nên mờ nhạt và đáng khinh thế nào nếu không còn lý do để chú tâm nữa? Có lẽ Thượng Đế nghĩ rằng tạo vật mới của Người có thể xử lý được con rắn và xem sự hiện diện của nó là điều ít tồi tệ hơn trong hai cái ác.

Câu hỏi dành cho các bậc cha mẹ là: Bạn muốn con mình được an toàn hay mạnh mẽ?

Trong mọi trường hợp, luôn có một con rắn trong Vườn Địa đàng, và là một con thú "quỷ quyệt" đúng như trong câu chuyện cổ (khó phát hiện,

hư ảo, xảo trá, lọc lừa và phản bội). Vì vậy, không có gì ngạc nhiên khi nó quyết định lường gạt Eve. Nhưng tại sao là Eve mà không phải Adam? Có thể chỉ là do may rủi. Theo thống kê, tỷ lệ cho Eve là 50-50 và rủi ro khá cao. Nhưng tôi đã học được rằng những câu chuyện cổ này không hề có chi tiết thừa. Bất cứ sự tình cờ nào - bất cứ điều gì không phục vụ cho cốt truyện - đều sẽ bị lãng quên trong quá trình kể. Nhà soạn kịch người Nga Anton Chekhov từng khuyên: "Nếu có một khẩu súng trường treo trên tường xuất hiện trong cảnh một, thì nó phải khạc đạn trong cảnh kế. Nếu không, nó đã không xuất hiện ở đó làm gì." Có lẽ Eve nguyên sơ có nhiều lý do để chú ý đến loài rắn hơn là Adam. Ví dụ, có thể chúng có nhiều khả năng bắt nạt những đứa bé con hay trèo cây của nàng hơn. Có lẽ vì lý do này mà con gái của Eve sau này ngày càng có tính bảo bọc, e dè, hay sợ hãi và lo lắng cho đến tận ngày nay (thậm chí và đặc biệt là trong xã hội hiện đại quân bình nhất của nhân loại). Con rắn nói với Eve rằng nếu nàng ăn trái cấm thì nàng sẽ không chết nữa. Thay vào đó, nàng sẽ được "khai nhãn". Nàng sẽ giống như Thượng Đế, biết thiện và biết ác. Tất nhiên là con rắn không cho nàng biết rằng chỉ có duy nhất một cách ấy mới giúp nàng giống với Thượng Đế. Nhưng suy cho cùng, nó vẫn là một con rắn. Là con người và muốn hiểu biết nhiều hơn, Eve quyết định ăn trái cấm. Và bùm! Nàng tỉnh dậy: Nàng bỗng có ý thức, thậm chí lần đầu tự ý thức về bản thân mình.

Nhưng chẳng người phụ nữ "sáng mắt" và có ý thức nào lại tỏ lòng khoan dung với một gã đàn ông chưa thức tỉnh. Eve lập tức chia sẻ trái cấm với Adam và giúp *chàng* cũng tự ý thức. Hầu như chẳng có gì thay đổi. Phụ nữ đã giúp nam giới tự ý thức về bản thân từ thuở sơ khai. Họ không chỉ làm điều này bằng cách chối bỏ đối phương - mà còn bằng cách

bêu xấu đối phương nếu cánh đàn ông không chịu biết điều. Hiển nhiên là vì phụ nữ sẽ phải chịu gánh nặng chính trong việc sinh nở. Thật khó để nhận thấy điều ngược lại. Nhưng khả năng bêu xấu đàn ông và khiến đối phương tự ý thức của phụ nữ vẫn là tác động nguyên thủy của tự nhiên.

Giờ đây, bạn có thể hỏi: Loài rắn thì có liên quan gì đến tầm nhìn? Thứ nhất, việc nhìn thấy chúng có tầm quan trọng nhất định, vì chúng săn bạn như con mồi (đặc biệt khi bạn còn nhỏ và sống trên cây, giống như các tổ tiên của chúng ta vậy). Tiến sĩ Lynn Isbell, giáo sư ngành nhân chủng học và hành vi động vật tại Đại học California cho rằng tầm nhìn sắc bén đáng kinh ngạc mà chỉ duy nhất con người sở hữu là sự thích nghi bắt buộc ở chúng ta từ hàng chục triệu năm trước, do nhu cầu phát hiện và tránh xa mối nguy hiểm khủng khiếp từ loài rắn, giống loài đã cùng tiến hóa với tổ tiên chúng ta. Có lẽ đây là một trong những lý do khiến con rắn trong Vườn Địa đàng được thể hiện như một sinh vật đã đem đến cho chúng ta tầm nhìn của Thượng Đế (bên cạnh việc đóng vai trò là kẻ thù nguyên thủy và trường cửu của nhân loại). Đây có lẽ là một trong những lý do mà Đức Mẹ Maria, người mẹ nguyên mẫu vĩnh hằng - một Eve hoàn hảo - được thể hiện phổ biến trong thời Trung cổ và Phục hưng như một hình tượng bồng Chúa Giê-su lên cao, sao cho cách xa nhất có thể một loài bò sát săn mồi đang cắn chặt chân Đức Mẹ không buông. Và còn nhiều ví dụ nữa. Con rắn chỉ cho Eve ăn trái của cây ấy và loại quả này cũng gắn với sự biến đổi tầm nhìn, trong đó khả năng nhìn thấy màu sắc của chúng ta chính là một sự thích nghi, cho phép ta phát hiện ngay quả chín ăn được treo đầy trên cây.

Phụ mẫu nguyên thủy của chúng ta đã nghe theo con rắn. Họ đã ăn trái cấm. Họ được khai nhãn. Cả hai cùng thức tỉnh. Giống như Eve lúc ban

đầu, bạn có thể nghĩ rằng đây là chuyện tốt. Nhưng đôi lúc, thà không có gì vẫn hơn là chỉ có một nửa. Adam và Eve thức tỉnh, tốt thôi, chỉ là việc này đủ để họ khám phá ra một số điều khủng khiếp. Đầu tiên, họ nhận thấy rằng mình đang trần truồng.

DÃ NHÂN LÕA THỂ

Con trai tôi nhận ra mình đang lõa thể khi thằng bé lên ba. Thằng bé muốn tự mặc quần áo. Cu cậu đóng chặt cửa phòng vệ sinh và không chịu xuất hiện trước đông người khi không có quần áo. Cả đời tôi cũng không hình dung được điều này liên quan gì đến sự giáo dưỡng mà thằng bé nhận được. Đó là sự khám phá của chính nó, nhận thức của chính nó và sự lựa chọn phản ứng của chính nó. Đối với tôi, đây là điều bẩm sinh.

Làm sao bạn biết mình trần truồng - hoặc có thể tệ hơn là biết mình lẫn đồng bạn của mình đều lõa lồ? Mọi sự khủng khiếp đều được thể hiện theo cách thức gây kinh hoàng, ví dụ như họa sĩ thời Phục hưng Hans Baldung Grien đã vẽ một bức tranh truyền cảm hứng cho hình minh họa khởi đầu chương này. Trần truồng đồng nghĩa với dễ bị tổn thương và dễ bị gây hại. Trần truồng nghĩa là bị lệ thuộc bởi lời phán xét về vẻ đẹp và sức khỏe. Trần truồng đồng nghĩa với tình trạng không được bảo vệ, tay không tấc sắt trong khu rừng rậm của tự nhiên và con người. Đó là lý do Adam và Eve trở nên xấu hổ ngay sau khi đôi mắt họ được khai sáng. Họ có thể nhìn thấy - và thứ họ nhìn thấy đầu tiên là chính mình. Những lỗi sai của họ trở nên nổi bật. Còn nhược điểm của họ bị phơi bày. Không giống như các loài hữu nhũ khác, với phần bụng mỏng manh được bảo vệ bởi tấm lưng rộng cứng như áo giáp, chúng ta là những sinh vật đứng thẳng, với các bộ phận dễ bị tổn thương nhất của cơ thể được phô bày ra

trước thế giới. Và điều ấy còn tệ hơn. Adam và Eve đã làm những mảnh vải che thân (theo Kinh Thánh Phiên bản Chuẩn Quốc tế; còn trong Phiên bản của Vua James là "tạp dề") tức thì để che giấu thân xác mong manh và bảo vệ bản ngã của mình. Sau đó, họ nhanh chóng lẩn đi và trốn tránh. Với sự dễ tổn thương lúc này, điều mà họ đã nhận thức đầy đủ, họ cảm thấy mình không còn xứng đáng đứng trước mặt Thượng Đế nữa.

Nếu bạn không thể đồng cảm với sự ủy mị ấy, thì chỉ là vì bạn không nghĩ đến mà thôi. Cái đẹp chế nhạo cái xấu. Sức mạnh chế nhạo sự yếu đuối. Cái chết chế nhạo sự sống - và Tư tưởng chế nhạo tất cả chúng ta. Do đó, chúng ta sợ nó, oán giận nó - thậm chí ghét bỏ nó (và tất nhiên, đó là chủ đề tiếp theo được phân tích trong Sáng thế ký, trong câu chuyện về Cain và Abel). Chúng ta đang làm gì với điều ấy? Phải chăng là buông bỏ tất thảy lý tưởng về vẻ đẹp, sức khỏe, tài trí và sức mạnh? Đó không phải là một giải pháp tốt. Nó chỉ đơn thuần đảm bảo rằng chúng ta sẽ mãi xấu hổ và chúng ta quả thực đáng với điều đó. Tôi không muốn một người phụ nữ vì sửng sốt trước vẻ ngoài của mình mà phải biến mất, chỉ để những người khác có thể cảm thấy không còn tự ý thức về chính họ nữa. Tôi không muốn những bậc tài trí như John von Neumann[20] biến mất chỉ vì hiểu biết về toán học của tôi chỉ suýt soát lớp 12. Trước năm 19 tuổi, ông đã định nghĩa lại các con số. Những con số đấy nhé! Cảm ơn Chúa vì đã tạo ra John von Neumann! Cảm ơn Chúa vì Grace Kelly[21], Anita Ekberg[22] và Monica Bellucci[23]! Tôi tự hào vì cảm thấy mình không xứng đáng trước sự hiện diện của những tên tuổi như thế. Đó là cái giá mà chúng ta phải trả cho mục tiêu, thành tích và tham vọng. Nhưng cũng không ngạc nhiên khi Adam và Eve tự che chắn bản thân mình.

Theo tôi, phần tiếp theo của câu chuyện hết sức khôi hài, mặc dù nó

cũng thật bi thảm và kinh hoàng. Tối hôm ấy, khi Vườn Địa đàng tĩnh lặng dần, Thượng Đế bắt đầu đi ra ngoài đi dạo. Nhưng Adam đã mất tăm. Điều này khiến Thượng Đế khó hiểu, vì Ngài đã quen đi dạo cùng Adam. "Adam", Thượng Đế cất tiếng gọi, rõ ràng đã quên rằng mình có khả năng nhìn xuyên những bụi cây, "Ngươi ở đâu?" Adam lập tức lộ diện, nhưng trong bộ dạng thật thảm hại: Đầu tiên là như một kẻ mất hồn, rồi lại như một tên chỉ điểm. Đấng tạo hóa lên tiếng gọi, và Adam trả lời: "Con nghe thấy Ngài rồi, thưa Thượng Đế. Nhưng con trần truồng, nên phải lẩn trốn." Điều này có nghĩa gì? Nghĩa là con người, bất an bởi tình trạng dễ bị tổn thương của mình, nên luôn luôn sợ phải nói sự thật, cố dung hòa giữa hỗn loạn và trật tự, cũng như phơi bày số phận của mình. Nói cách khác, họ sợ phải đi cùng Thượng Đế. Điều đó không đáng hoan nghênh, nhưng chắc chắn có thể hiểu được. Thượng Đế là một người cha có khuynh hướng phán xét. Ngài có tiêu chuẩn cao và rất khó chiều lòng.

Thượng Đế nói: "Ai bảo ngươi rằng ngươi trần truồng? Lẽ nào ngươi đã ăn thứ gì đó không được phép chăng?" Và với vẻ khốn khổ, Adam đã chỉ sang Eve - lúc này là tình yêu, đồng bạn và tri kỷ của chàng, rồi tố cáo nàng ấy. Rồi chàng đổ lỗi cho Thượng Đế. Chàng nói rằng: "Người phụ nữ mà Ngài mang đến cho con chính là người đã đưa con trái cấm ấy (và rồi con đã ăn nó)." Thật đáng thương - và chính xác - làm sao. Người phụ nữ đầu tiên đã khiến người đàn ông đầu tiên tự ý thức và oán giận. Rồi người đàn ông đầu tiên đổ lỗi cho người phụ nữ ấy. Và rồi người đàn ông đầu tiên đổ lỗi cho Thượng Đế. Đây chính xác là điều mà những người đàn ông bị hắt hủi ngày nay cảm thấy. Trước tiên, anh ta cảm thấy mình bé nhỏ trước mục tiêu tiềm ẩn từ tình yêu của mình, sau khi cô ta chê bai khả năng phù hợp để sinh sản của anh. Sau đó, anh ta nguyền rủa Thượng Đế

vì đã làm cho cô ấy trở nên xấu xa, còn bản thân mình thì vô dụng (nếu anh ta có ý đó) còn chính bản thể lại hoàn toàn không hoàn mỹ. Rồi anh ta chuyển sang ý nghĩ trả thù. Thật đáng khinh làm sao (và cũng thật dễ hiểu làm sao)! Ít ra người phụ nữ có con rắn để đổ lỗi, rồi sau đó nhận ra rằng con rắn cũng chính là quỷ Satan chứ không như vẻ bề ngoài. Do đó, chúng ta có thể hiểu và thông cảm với sai lầm của Eve. Cô bị đánh lừa bởi những điều tốt đẹp nhất. Nhưng Adam thì không! Không ai ép buộc anh phải thốt lên lời mình.

Rủi thay, điều tồi tệ nhất vẫn chưa kết thúc - cho cả Con thú lẫn Con người. Đầu tiên, Thượng Đế nguyền rủa con rắn, nói với nó rằng từ đây nó sẽ phải di chuyển bằng cách bò, trườn, không còn chân nữa và mãi mãi sống trong mối nguy bị những con người giận dữ giẫm bẹp. Tiếp theo Ngài nói với người phụ nữ rằng từ đây nàng sẽ phải mang thai trong đau khổ và thèm muốn một người đàn ông không xứng đáng, đôi khi bực dọc, rồi người ấy rốt cuộc sẽ làm chủ số phận của nàng mãi mãi. Điều này có nghĩa gì? Có thể Thượng Đế chỉ là một bạo chúa gia trưởng, như cách diễn giải mang động cơ chính trị mà câu chuyện cổ đã quả quyết. Tôi nghĩ rằng nó chỉ có tính mô tả đơn thuần. Và đây là lý do: Khi con người tiến hóa, bộ não đã cho phép sự tự nhận thức được mở rộng đến mức khủng khiếp. Điều này tạo nên một cuộc đua tiến hóa khốc liệt giữa đầu thai nhi và khung xương chậu của phụ nữ. Hông người phụ nữ được mở rộng dần đến mức họ không thể chạy được nữa. Về phần đứa bé, nó đã cho phép mình được chào đời sớm hơn một năm so với các động vật có vú khác cùng kích thước và tiến hóa phần đầu đang "gấp lại phân nửa" được. Điều này đã, và vẫn đang là một sự điều chỉnh đau đớn cho cả mẹ lẫn con. Về cơ bản, thai nhi hầu như hoàn toàn phụ thuộc vào mẹ mình về mọi thứ trong

suốt năm đầu tiên. Khả năng lập trình từ bộ não lớn của nó đồng nghĩa với việc nó phải được rèn luyện cho đến năm 18 tuổi (hoặc 30 tuổi) trước khi "rời tổ". Điều này không liên quan đến hậu quả đau đớn của phụ nữ khi sinh con và nguy cơ tử vong cao cho cả mẹ lẫn con. Mà nó có nghĩa rằng phụ nữ phải trả giá đắt cho việc mang thai và nuôi dạy con cái, đặc biệt là ở giai đoạn đầu. Và một trong những hậu quả không thể tránh khỏi là họ ngày càng phụ thuộc vào sự chiếu cố của đàn ông, những kẻ đôi khi không đáng tin và thường gây rắc rối.

Sau khi Thượng Đế cho Eve biết về những điều sẽ xảy ra - giờ đây nàng đã thức tỉnh - Ngài quay sang Adam, chàng và các hậu duệ nam của mình cũng chẳng hề an lòng hơn chút nào. Thượng Đế nói đại loại như: "Này con trai, vì ngươi đã nghe theo phụ nữ mà mất ngươi đã được khai sáng. Ngươi có nhãn quan như của thần thánh, được con rắn, trái cấm và nhân tình ban cho, cho phép ngươi có khả năng nhìn xa trông rộng, thậm chí thấy cả tương lai. Nhưng những ai thấy được tương lai cũng luôn luôn thấy được rắc rối sắp đến và phải chuẩn bị cho mọi biến cố cũng như khả năng. Sau cùng, để làm được điều đó, ngươi sẽ phải hy sinh thực tại vì tương lai. Ngươi phải đặt khoái lạc sang một bên để đảm bảo an toàn. Nói tóm lại: Ngươi sẽ phải làm việc. Và điều này sẽ rất khó khăn. Ta hy vọng ngươi thích cây gai và cỏ dại, vì từ bây giờ ngươi sẽ phải trồng chúng rất nhiều."

Và rồi Thượng Đế trục xuất người đàn ông và người phụ nữ đầu tiên khỏi Thiên Đường, khỏi sự ấu trĩ, khỏi thế giới động vật vô tri để bước vào nỗi kinh hoàng của lịch sử. Rồi Ngài đặt các thiên sứ với lưỡi gươm cháy rực ngay cổng Vườn Địa đàng, nhằm ngăn họ ăn quả ở Cây Sự sống. Dường như việc làm này thật nhỏ mọn. Tại sao không để những con người

tội nghiệp kia được bất tử ngay lập tức? Đặc biệt nếu đó là kế hoạch của bạn cho một tương lai sau cùng, như câu chuyện đã diễn ra? Nhưng ai dám cả gan chất vấn Thượng Đế cơ chứ?

Có lẽ Thiên Đường là thứ bạn phải tự xây dựng và sự bất tử là thứ bạn phải tự giành được.

Thế là chúng ta quay lại với câu hỏi ban đầu: Tại sao có người mua thuốc đúng theo toa cho chú chó của anh ta và chăm sóc nó cẩn thận, nhưng lại không làm điều tương tự cho bản thân mình? Giờ thì bạn đã có câu trả lời rồi đấy, nó bắt nguồn từ những thư tịch nền tảng của nhân loại. Tại sao mọi người lại bận tâm đến những điều như lõa thể, xấu hổ, xấu xí, khiếp sợ, vô giá trị, hèn nhát, oán giận, phòng thủ và tố cáo như thể họ là hậu duệ của Adam? Thậm chí nếu điều ấy, nếu hữu thể ấy là chính bản thân họ? Và tôi không có ý loại trừ mọi phụ nữ trong cách diễn đạt này.

Tất cả những lý do mà chúng ta đã thảo luận đến nay cho thấy con người luôn thích ứng với người khác, cũng nhiều như với chính bản thân mình vậy. Đó là những sự khái quát hóa về bản chất con người - không gì cụ thể hơn. Nhưng bạn biết rất nhiều về bản thân mình. Bạn biết mình cũng tệ như người khác biết về bạn. Nhưng chỉ có bạn mới biết hết những sai phạm, thiếu sót và bất cập được giấu kín của bản thân. Không ai quen thuộc với những thiếu sót tinh thần và cơ thể mình hơn chính bạn. Không ai có lý do để luôn khinh thường bạn, xem bạn như một kẻ thảm hại hơn chính bạn - và bằng cách từ chối điều gì đó có thể tốt đẹp cho mình, bạn có thể tự trừng phạt bản thân vì tất cả những sai sót mình gây ra. Một chú chó vô hại, vô tội và vô tri rõ ràng còn xứng đáng hơn bạn.

Nhưng nếu bạn vẫn chưa đoan chắc, thì hãy xem xét một vấn đề sống còn khác. Trật tự, hỗn loạn, sự sống, cái chết, tội lỗi, tầm nhìn, công việc

và đau khổ: Như thế vẫn không đủ thỏa mãn các tác giả của Sáng thế ký, chứ đừng nói là chính nhân loại. Câu chuyện lại tiếp tục, với tất cả những thảm họa lẫn bi kịch của nó và những người liên quan (tức chúng ta) phải đối mặt với một cơn tỉnh thức nhọc nhằn khác. Tiếp theo, số phận buộc chúng ta phải suy ngẫm về đạo lý.

THIỆN VÀ ÁC

Khi được khai nhãn, Eve và Adam nhận ra thêm nhiều điều ngoài sự trần truồng và việc họ nhất thiết phải lao động vất vả. Họ còn dần biết về Thiện và Ác (ám chỉ trái cấm, con rắn nói: "Vì Thượng Đế biết rằng cái ngày mà các ngươi ăn trái này, các ngươi sẽ được khai nhãn và các ngươi sẽ biết điều thiện và điều ác giống như thần linh"). Điều đó có thể là gì? Đằng sau mảnh đất được bao phủ này, còn lại gì để chúng ta có thể khám phá và liên tưởng? Bối cảnh đơn giản ấy chỉ ra rằng còn có điều gì đó liên quan đến những khu vườn, những con rắn, sự bất tuân, trái cây, khả năng tính dục và sự lõa thể. Chính điều cuối cùng - sự lõa thể - đã kéo tôi vào cuộc. Và hao tốn của tôi hàng năm ròng.

Chó là loài săn mồi. Và loài mèo cũng thế. Chúng giết con mồi rồi đánh chén. Cảnh tượng đó không đẹp đẽ chút nào. Nhưng chúng ta lại biến chúng thành thú cưng, chăm sóc chúng và cho chúng uống thuốc mỗi khi đau ốm, bất chấp điều ấy. Vì sao lại thế? Chúng là loài săn mồi, đó là bản chất của chúng. Chúng không tự chịu trách nhiệm cho bản chất của mình. Chúng chỉ đang đói, chứ không phải xấu xa. Chúng không có sự hiện hữu của tư duy và sự sáng tạo - và trên hết là sự tự ý thức - vốn cần thiết để hình thành nên sự tàn ác được truyền cảm hứng của nhân loại.

Vì sao lại không? Rất đơn giản. Không như chúng ta, các loài săn mồi

không hiểu biết về điểm yếu căn bản, tính dễ tổn thương căn bản và sự khuất phục trước cơn đau và cái chết của bản thân. Nhưng chúng ta biết chính xác mình bị tổn thương ở đâu, ra sao và vì sao. Đó là một định nghĩa rất hay về sự tự ý thức. Chúng ta ý thức được bản thân không có khả năng phòng vệ, còn nhiều hạn chế và có thể chết. Chúng ta có thể cảm nhận sự đau đớn, ghê tởm, xấu hổ, kinh khủng và ta biết điều đó. Chúng ta biết điều gì làm mình đau khổ. Chúng ta biết nỗi kinh hoàng và đau đớn ảnh hưởng đến mình thế nào - nghĩa là chúng ta biết chính xác cách gây ra điều tương tự cho người khác. Chúng ta biết mình trần trụi ra sao và sự trần trụi đó có thể bị lợi dụng như thế nào - nghĩa là chúng ta cũng biết những người khác trần trụi và biết cách lợi dụng họ.

Chúng ta có thể rắp tâm làm người khác khiếp sợ. Chúng ta có thể làm tổn thương và hạ nhục họ vì những lỗi lầm mà chúng ta hiểu quá rõ. Chúng ta có thể tra tấn họ - theo đúng nghĩa đen - chậm rãi, khôn khéo và khủng khiếp. Như thế còn ghê gớm hơn cả lối ăn thịt của động vật. Đó là sự thay đổi về chất trong hiểu biết. Đó là cơn biến động lớn không kém bản thân sự tự ý thức. Đó là lối dẫn vào sự hiểu biết về Thiện Ác trong thế giới này. Đó là sự bẻ gãy cấu trúc Tồn tại lần thứ hai, trong khi lần đầu bị gãy vẫn chưa kịp lành. Đó là sự biến đổi của bản thân Hữu thể thành một nỗ lực đạo đức - tham gia trọn vẹn vào quá trình phát triển sự tự ý thức tinh tế.

Chỉ có con người mới mường tượng ra được giá tra tấn, hòm nhốt người và kẹp ngón tay. Chỉ có con người mới gây ra đau khổ nhân danh chính nỗi đau. Đó là định nghĩa xác đáng nhất về cái ác mà tôi có thể lập luận. Động vật không thể làm được điều đó, nhưng con người, với khả năng nửa thần thánh không thể tin nổi, thì chắc chắn có thể. Và với nhận thức này, chúng ta đã hầu như hợp pháp hóa đầy đủ một ý tưởng rất bị

căm ghét trong giới trí thức hiện đại: Tội Tổ tông[24]. Và ai dám nói rằng không có yếu tố lựa chọn tự nguyện trong quá trình biến đổi mang tính tiến hóa, cá nhân và thần học? Rằng tổ tiên chúng ta đã lựa chọn bạn tình và họ lựa chọn dựa trên ý thức không? Và tự ý thức nữa? Và hiểu biết về đạo đức? Và ai có thể phủ nhận cảm giác tội lỗi do tồn tại xâm chiếm trải nghiệm của con người? Và ai có thể không nhận ra rằng nếu không có tội lỗi ấy - tức cảm giác về sự tha hóa cố hữu và khả năng làm điều sai trái - con người sẽ chỉ cách bệnh thái nhân cách một bước chân.

Con người có khả năng làm điều sai trái rất lớn. Đó là một thuộc tính độc đáo trong thế giới đời sống. Chúng ta (có thể) làm mọi thứ trở nên tồi tệ hơn một cách tự nguyện, với sự nhận biết đầy đủ về những gì mình đang làm (hoặc vô tình, cẩu thả và mù quáng đến mức ngoan cố). Với khả năng khủng khiếp hướng đến hành động ác ý ấy, liệu có ai thắc mắc rằng chúng ta sẽ gặp khó khăn trong việc chăm sóc bản thân và người khác - thậm chí nghi ngờ về giá trị của toàn bộ sự nghiệp của nhân loại? Và chúng ta hoài nghi chính mình, vì lý do chính đáng nào đó trong suốt thời gian rất dài. Ví dụ, cách đây hàng nghìn năm, người Lưỡng Hà cổ đại tin rằng con người được tạo ra từ máu của Kingu, con quái vật kinh khủng nhất mà Nữ thần Hỗn loạn tạo ra trong những khoảnh khắc thù hận và hủy diệt nhất. Sau khi rút ra những kết luận như thế, làm sao chúng ta lại không đặt câu hỏi về giá trị của sự hiện hữu và ngay cả về bản thân Hữu thể? Ai là người sau đó có thể phải đối mặt với bệnh tật của bản thân hay của người khác, mà không chút nghi ngờ về công dụng đạo đức của việc kê toa thuốc chữa bệnh? Và không ai hiểu rõ mặt tối của một cá nhân tốt hơn chính cá thể đó. Vậy rồi ai sẽ là người cam kết chăm sóc tuyệt đối cho bản thân mình mỗi khi bị ốm?

Có lẽ Con người là thứ không bao giờ nên tồn tại. Có lẽ thế giới thậm chí nên tẩy sạch mọi sự hiện diện của con người, để Hữu thể và ý thức có thể quay về với sự tàn bạo vô tội của động vật. Tôi tin rằng những người cam đoan không bao giờ muốn điều đó xảy ra cũng không lục lại trí nhớ hay đối mặt với những ảo tưởng tối tăm nhất của mình.

Vậy ta cần làm gì sau đó?

TIA SÁNG THIÊNG LIÊNG

Trong Sáng thế ký 1, Thượng Đế dùng Thánh Ngôn chân thực của mình để tạo ra thế giới, tạo ra một trật tự sống được, đẹp như Thiên Đường từ sự hỗn loạn trước khi có vũ trụ. Sau đó, Ngài tạo ra Đàn ông, Phụ nữ theo Hình tượng của Ngài và ban cho họ khả năng làm điều tương tự - tạo ra trật tự từ hỗn loạn và tiếp quản công việc của Ngài. Ở mỗi giai đoạn sáng tạo, bao gồm cả sự hình thành nên cặp đôi đầu tiên, Thượng Đế đã ngẫm nghĩ về những điều phải xảy ra và tuyên bố rằng đó là điều Thiện.

Sự liền kề giữa Sáng thế ký 1 với Sáng thế ký 2 và 3 (hai chương sau mô tả rõ sự sa đọa của loài người, mô tả lý do chúng ta lâm vào bi kịch và bị tra tấn về đạo đức) đã tạo ra một chuỗi chuyện kể với tầng nghĩa sâu sắc hầu như không thể kham nổi. Đạo lý trong Sáng thế ký 1 là: Hữu thể tồn tại thông qua chân ngôn là điều Thiện. Điều này đúng ngay cả với chính con người, trước khi ta chia cắt mình với Thượng Đế. Sự tốt lành này đã bị phá vỡ một cách khủng khiếp bởi nhiều sự kiện sa đọa (Cain và Abel, Đại Hồng thủy và Tháp Babel), nhưng chúng ta luôn nhận được điềm báo trước khi sa ngã. Chúng ta vẫn nhớ, nên ta nói thành lời. Chúng ta vẫn mãi hoài niệm về sự ngây thơ thời son trẻ, về Hữu thể siêu phàm, vô thức của

loài vật và về một khu rừng già trang nghiêm như thánh đường, chưa ai đặt chân đến. Chúng ta tìm thấy sự khuây khỏa trong những điều ấy. Chúng ta thờ phụng chúng, ngay cả khi chúng ta tự xưng là những nhà môi trường học vô thần, thuộc nhóm người "chống nhân loại" tích cực nhất. Theo lẽ này, trạng thái ban đầu của Tự nhiên, chính là Thiên Đường. Nhưng chúng ta không còn là một thể đứng cùng với Thượng Đế lẫn Tự nhiên và không thể dễ dàng quay lại hoàn cảnh ấy.

Đàn ông và người Phụ nữ đầu tiên, tồn tại trong sự hợp nhất vẹn nguyên với Đấng Tạo hóa, không thể hiện mình có ý thức (và chắc chắn không tự ý thức được). Họ chưa được khai nhãn. Tuy nhiên, với sự hoàn hảo của mình, họ thậm chí còn thua kém chính những bản thể của mình thời hậu Sa đọa[25]. Điều tốt đẹp mà họ có được là nhờ được ban tặng, chứ không phải thứ họ xứng đáng có hay giành được. Họ không có sự lựa chọn. Thượng Đế biết rằng điều đó sẽ dễ dàng cho họ hơn. Nhưng có lẽ nó không tốt bằng - ví dụ - điều tốt đẹp mà họ giành được. Có lẽ, thậm chí theo nghĩa sâu xa nào đó (giả sử sự tự ý thức là một hiện tượng có tầm quan trọng vô cùng to lớn), tự do lựa chọn mới có ý nghĩa. Ai có thể đoan chắc về tất cả những điều ấy? Tuy nhiên, tôi không sẵn lòng bàn về những câu hỏi này, đơn thuần là vì chúng rất khó trả lời. Do vậy, đây là ý kiến của tôi: Có lẽ không chỉ đơn giản là sự xuất hiện của tình trạng tự ý thức, cùng với sự trỗi dậy của hiểu biết luân lý về Cái chết và Sa đọa, đang bủa vây khiến chúng ta hoài nghi về giá trị của bản thân. Thay vì thế, có thể nguyên do chính là vì chúng ta không sẵn lòng - được phản ánh trong hành động trốn tránh vì xấu hổ của Adam - đi cùng với Thượng Đế, bất chấp sự yếu đuối và khuynh hướng dễ bị tha hóa của mình.

Toàn bộ Kinh Thánh được cấu trúc để tất cả mọi thứ xuất hiện sau sự

Sa đọa - lịch sử của Israel, các ngôn sứ, sự xuất hiện của Chúa Giê-su - được trình bày như một phương thuốc cứu chữa sự Sa đọa ấy, như một cách thoát khỏi cái ác. Sự khởi đầu của lịch sử có ý thức, sự trỗi dậy của nhà nước và mọi sự khởi phát của thói tự hãnh và cứng nhắc của nó, sự xuất hiện của hình tượng đạo đức vĩ đại cố gắng sắp đặt mọi thứ đúng vị trí, với cực điểm là Đấng Messiah[26] - đó là mọi nỗ lực của loài người, theo thiện ý của Thượng Đế, nhằm để sắp đặt chính họ theo đúng trật tự. Và điều đó có nghĩa là gì?

Và sau đây là một điều tuyệt vời: Câu trả lời vốn được ẩn chứa trong Sáng thế ký 1: Là hiện thân cho Hình ảnh của Thượng Đế - tự do nói rằng Hữu thể trong hỗn loạn là điều Thiện - nhưng làm thế sao cho chúng ta có ý thức về sự lựa chọn tự do. Như T. S. Eliot đã quả quyết rất đúng đắn rằng: *Quay đầu* là con đường tiến về phía trước, nhưng phải quay đầu trở lại làm những hữu thể tỉnh thức và áp dụng sự lựa chọn đúng đắn cho bản thân thay vì quay lại giấc ngủ:

Chúng ta sẽ không ngừng khám phá
Và điểm cuối cùng của bao điều xa lạ
Cũng chính là nơi ta khởi đầu
Và nơi ta lần đầu gặp gỡ
Chẳng biết là đâu, nhớ chăng là cánh cửa
Nơi cuối trời vẫn mở, chào đón bước chân ta.
Và tại đây, ta đã khởi hành
Từ ngọn nguồn của con sông dài nhất
Trong tiếng dội của dòng thác ẩn
Và cây táo nhỏ rộn tiếng cười trẻ thơ.

Ta chẳng biết, vì ta cũng chẳng tìm
Nhưng đã nghe, nửa vời trong tĩnh lặng
Giữa đôi cơn sóng khua biển trời yên ắng
Ngay lúc này, tại đây và vĩnh hằng –
Một điều kiện giản đơn hết sức
Cũng chẳng hề tốn kém là bao
Và mọi thứ,
Mọi điều rồi sẽ ổn.
Khi những lưỡi lửa bùng lên quấn quýt
Bện lại thành mối buộc sáng lòa
Ngọn lửa và đóa hồng kiêu sa
Tưởng hai, nhưng hãy còn là một.

("Little Gidding", *Bốn khúc tứ tấu*, 1943)

Nếu muốn chăm sóc bản thân một cách thích đáng, chúng ta cần phải tôn trọng bản thân - nhưng chúng ta lại không làm như vậy, vì chúng ta - nhất là trong mắt mình - là những sinh vật thất bại. Nếu sống theo Chân lý, nếu nói theo Chân lý, thì chúng ta có thể cùng sánh bước với Thượng Đế một lần nữa, cũng như tôn trọng bản thân, người khác và cả thế giới. Sau đó, chúng ta có thể đối xử với bản thân giống như với những người mà chúng ta quan tâm chăm sóc. Chúng ta có thể ra sức đưa thế giới đi đúng đường. Chúng ta có thể hướng thế giới lên chốn Thiên Đường, nơi ta mong muốn những người mình quan tâm cư ngụ ở đó thay vì Địa Ngục, nơi những oán giận và hận thù của chúng ta vĩnh viễn giam cầm tất cả mọi

người.

Cách đây 2 nghìn năm, ở những khu vực Ki-tô giáo xuất hiện, con người man rợ hơn ngày nay rất nhiều. Xung đột xảy ra ở khắp nơi. Sự chết chóc của con người, nhất là ở trẻ em, là "chuyện thường ngày ở huyện" ngay cả trong những xã hội có công nghệ phát triển, chẳng hạn như người Carthage cổ đại. Tại Rome, những người tham gia các môn giác đấu phải thi đấu cho đến chết và đổ máu cũng là chuyện thường tình. Xác suất một người hiện đại, sống trong quốc gia dân chủ thực dụng ngày nay có khả năng giết người hoặc bị giết thấp hơn đôi chút so với những gì xảy ra ở các xã hội trước đây (và trên thế giới vẫn còn tồn tại ở các bộ phận vô tổ chức lẫn bạo loạn). Sau đó, vấn đề đạo đức chính mà xã hội phải đối mặt là kiểm soát bạo lực, thói ích kỷ bốc đồng, đi kèm với lòng tham và sự tàn bạo vô thức. Những người có các xu hướng hung hãn ấy vẫn còn tồn tại. Chí ít, giờ họ đã biết rằng hành vi như vậy không đi đến đâu và họ phải cố gắng kiểm soát nó, nếu không sẽ gặp nhiều trở ngại xã hội nghiêm trọng.

Nhưng giờ đây còn một vấn đề khác nảy sinh, tuy có lẽ ít phổ biến hơn so với quá khứ gian nan của chúng ta. Thật dễ thấy rằng mọi người ngày nay thường kiêu căng, tự cao tự đại và luôn tìm kiếm mọi thứ cho mình. Chủ nghĩa hoài nghi yếm thế khiến cho quan điểm đó trở thành điều hiển nhiên phổ biến, rộng khắp và hợp thời. Nhưng lối định hướng thế giới như thế không phải là đặc tính của nhiều người. Họ gặp một vấn đề trái ngược: Có những người gánh trên vai gánh nặng không kham nổi của cảm giác tự ghê tởm, tự khinh thường, xấu hổ và tự ý thức. Do đó, thay vì tỏ ra tự mãn về tầm quan trọng của mình vì nhân cách ái kỷ, họ lại không hề xem trọng bản thân mình và không màng đến bản thân bằng sự để tâm và khéo léo. Nói thật, dường như mọi người thường không thực sự tin

rằng họ xứng đáng được chăm sóc một cách tốt nhất. Họ hết sức đau khổ khi nhận thức được những sai sót và lỗi lầm của mình, những điều có thực và bị phóng đại, cũng như xấu hổ và hoài nghi giá trị bản thân. Họ tin rằng người khác không nên đau khổ và họ sẽ làm việc thật cần cù và đầy vị tha để giúp những người đó xoa dịu nỗi đau. Họ thậm chí còn mở rộng lòng thương cảm ấy đến các loài động vật thân quen - nhưng lại không nhẹ nhàng với bản thân mình.

Điều này đúng với quan điểm về đức hy sinh ăn sâu trong văn hóa phương Tây (chí ít là khi Tây phương chịu ảnh hưởng của Ki- tô giáo, dựa trên sự noi gương một người thực hiện hành động hy sinh thân mình). Thế nên bất kỳ tuyên bố nào cho rằng Nguyên tắc Vàng không có nghĩa là "hy sinh bản thân vì người khác" đều có vẻ mơ hồ. Nhưng cái chết kiểu mẫu của Đức Giê-su vẫn tồn tại như một ví dụ về cách chấp nhận sự hữu hạn, phản bội và bạo lực mang tính hào hùng - cách làm thế nào để song hành với Thượng Đế bất chấp việc đã biết tự nhận thức - chứ không phải là một chỉ thị khiến bản thân trở thành nạn nhân của việc phục vụ người khác. Việc hiến thân ta cho Thượng Đế (để đổi lấy điều tốt đẹp nhất mà bạn muốn) không có nghĩa là phải nín nhịn và sẵn sàng chịu đựng khi có ai hay tổ chức nào liên tục đòi hỏi thêm ở mình nhiều hơn những gì họ có thể mang lại cho bạn. Như thế nghĩa là chúng ta đang ủng hộ sự chuyên chế và cho phép bản thân bị đối xử như nô lệ. Thật chẳng cao thượng chút nào khi để bản thân trở thành nạn nhân của kẻ bắt nạt, ngay cả khi kẻ bắt nạt ấy là chính bản thân mình.

Tôi đã lĩnh hội được hai bài học rất quan trọng từ Carl Jung, nhà tâm lý học chuyên sâu nổi tiếng người Thụy Sĩ, về chuyên đề "đối xử với người khác theo cách bạn muốn được đối xử" hay "hãy yêu thương hàng xóm

như chính bản thân mình". Bài học đầu tiên là không có phát biểu nào trong hai câu trên nói rằng hãy tỏ ra tử tế. Bài học thứ hai là cả hai đều là phương trình, chứ không phải là pháp lệnh. Nếu tôi là bạn bè, thành viên trong gia đình hoặc là tình nhân của một người nào đó, thì về phương diện đạo đức, tôi phải có nghĩa vụ mặc cả cứng rắn nhân danh chính bản thân mình giống như họ nhân danh chính họ. Nếu không làm như thế, tôi sẽ biến thành một nô lệ, còn người kia là một bạo chúa. Điều đó có gì tốt? Sẽ tốt hơn cho bất kỳ mối quan hệ nào nếu cả hai "đối tác" đều mạnh mẽ. Hơn nữa, chẳng có gì khác biệt giữa việc đứng dậy và lên tiếng để bảo vệ chính mình - khi bạn đang bị bắt nạt hoặc bị giày vò, nô dịch - với việc đứng dậy và lên tiếng bảo vệ người khác. Như Carl Jung đã chỉ ra, điều này đồng nghĩa với hành động ôm lấy và yêu thương kẻ có tội như chính mình, cũng nhiều như khi ta tha thứ và giúp đỡ những người đang vấp ngã hay còn khiếm khuyết.

Chính Thượng Đế đã tuyên bố (phần tiếp theo của Sáng thế ký): "Sự trả thù thuộc về ta, ta sẽ báo ứng, Đức Giê-hô-va phán vậy." Theo triết lý này, bạn không đơn thuần thuộc về chính mình. Bạn không chỉ đơn giản nhân danh quyền sở hữu của chính mình để có thể tra tấn và ngược đãi bản thân. Điều này một phần là vì Hữu thể của bạn gắn bó đến mức không thể lay chuyển với Hữu thể của những người khác và sự ngược đãi bản thân của bạn có thể gây ra hậu quả thảm khốc cho người khác. Có lẽ hậu quả sau một vụ tự tử là minh chứng rõ ràng nhất, khi những người bị bỏ lại phía sau sống trong cảnh mất mát và bị tổn thương. Nhưng nói một cách ẩn dụ, điều này còn là: Một tia sáng thiêng liêng trong bạn, nhưng nó không thuộc về bạn mà thuộc về Thượng Đế. Xét cho cùng, theo Sáng thế ký, chúng ta được "nhào nặn" nên hình theo hình tượng của Ngài. Chúng

ta có năng lực ý thức bán siêu phàm. Ý thức của chúng ta hòa nhập vào tiếng nói của Hữu thể. Chúng ta là các phiên bản cấp thấp ("kenotic") của Thượng Đế. Chúng ta có thể tạo nên trật tự từ hỗn loạn - và ngược lại - theo cách của mình, bằng lời nói của mình. Vì vậy, tuy chúng ta không thực sự là Thượng Đế, nhưng chúng ta cũng không hẳn không là gì.

Trong những thời khắc đen tối của mình, trong thế giới u ám của tâm hồn, tôi nhận thấy mình thường xuyên bị choáng ngợp và kinh ngạc bởi khả năng kết nối của con người, tình yêu thương khắng khít của bạn đời, của cha mẹ với con cái và khả năng duy trì "cỗ máy" thế giới vận hành. Tôi từng quen một người đàn ông bị thương và tàn phế sau một tai nạn xe hơi trong khi đang làm cho công ty dịch vụ công ở địa phương. Suốt nhiều năm sau tai nạn, anh ta làm việc cùng với một người đàn ông khác mắc chứng thoái hóa thần kinh một phần. Họ đã hợp tác cùng nhau sửa chữa đường dây, mỗi bên bù đắp cho sự thiếu sót của bên còn lại. Tôi tin rằng kiểu chủ nghĩa anh hùng quen thuộc này là một quy luật chứ không phải ngoại lệ. Hầu hết mỗi cá nhân đều đang phải đối mặt với một hoặc nhiều vấn đề sức khỏe nghiêm trọng, trong khi công việc kinh doanh của họ lại rất hiệu quả và không có gì để than phiền. Nếu ai đó đủ may mắn có một khoảng thời gian riêng tư được trọng đãi và khỏe mạnh, thì thường sẽ có ít nhất một thành viên thân thiết trong gia đình rơi vào khủng hoảng. Tuy nhiên, mọi người vẫn vượt qua và tiếp tục làm những công việc khó khăn, những nhiệm vụ cần nhiều nỗ lực để gắn kết bản thân, gia đình và xã hội với nhau. Đối với tôi, điều này thật kỳ diệu và lớn lao đến nỗi một cử chỉ lặng người tỏ lòng biết ơn là phản ứng thích hợp duy nhất. Có rất nhiều cách khiến mọi thứ sụp đổ hoặc vô hiệu hoàn toàn, nhưng những con người bị tổn thương luôn nắm chặt tay nhau. Họ xứng đáng nhận được sự

ngưỡng mộ đúng nghĩa và chân thành cho điều này. Đó là một phép lạ của lòng bền bỉ và kiên trì.

Trong quá trình thực hành lâm sàng, tôi khuyến khích mọi người tin tưởng chính mình cùng với những người xung quanh, để có thể hành động sao cho không những hữu dụng mà còn phải quan tâm, cũng như thể hiện sự lo lắng chân tình và chu đáo với người khác. Mọi người đang bị hành hạ bởi những giới hạn và sự kìm kẹp của Hữu thể, đến nỗi tôi phải ngạc nhiên trước những hành động đúng đắn và không màng đến bản thân ở họ. Nhưng, chúng ta cũng đã cố gắng đủ nhiều để sở hữu hệ thống sưởi trong nhà, nước máy, năng lượng điện toán và điện năng vô hạn, cũng như đủ thức ăn cho mọi người cùng khả năng suy ngẫm về số phận của một xã hội rộng lớn hơn và cả tự nhiên - một thế lực tự nhiên khủng khiếp. Toàn bộ "cỗ máy" phức tạp ấy bảo vệ chúng ta khỏi bị đóng băng, đói khát và chết dần do thiếu nước; nhưng nó đang ngày càng có khuynh hướng gặp trục trặc do thiếu năng lượng, và chỉ có sự chú ý liên tục của những con người cẩn thận mới giữ cho nó hoạt động tốt đến mức không tin nổi. Một số người tha hóa thành những kẻ mang đầy lòng oán giận và thù hận Hữu thể, nhưng đa số không chấp nhận thế, bất chấp những đau khổ, tuyệt vọng, mất mát, thiếu thốn và xấu xí ở họ. Và một lần nữa, quả là phép màu cho những ai chịu nhận ra điều ấy.

Toàn thể nhân loại, bao gồm những ai xem nhân loại là bình đẳng như nhau, đều xứng đáng được cảm thông cho gánh nặng kinh khủng mà những ai gánh vác nó cũng phải cảm thông cho những ai bị khuất phục bởi sự yếu đuối của "người trần mắt thịt", sự bạo ngược của nhà nước và sự tàn phá của tự nhiên. Đó là một tình cảnh đang hiện hữu mà không loài động vật nào có thể đối mặt hoặc chịu đựng được, và là một trong những

nghịch cảnh mà chính Thượng Đế cũng phải vận hết sức để đương đầu. Chính sự thông cảm này sẽ là liều thuốc thích hợp cho hành động xem thường khả năng tự ý thức; nó có lý lẽ riêng, nhưng chỉ viết nên một nửa câu chuyện đầy đủ và hợp tình hợp lý. Nỗi căm ghét bản thân và nhân loại phải được cân bằng hài hòa với lòng biết ơn dành cho truyền thống, đất nước và sự kinh ngạc trước những điều mà con người bình thường đều đạt được - đó là chưa kể đến những thành tựu thực sự ấn tượng khiến ta phải ngỡ ngàng.

Chúng ta xứng đáng được tôn trọng. Bạn xứng đáng được tôn trọng. Bạn là người quan trọng với người khác, cũng nhiều như với chính bản thân mình. Bạn đóng một vai trò quan trọng nào đó trong vận mệnh đang mở ra của thế giới. Do vậy, bổn phận đạo đức của bạn là phải chăm sóc bản thân mình. Bạn cũng nên săn sóc, giúp đỡ, đối xử tốt với bản thân giống như cách bạn chăm nom, hỗ trợ và tử tế với ai đó mà bạn yêu mến và quý trọng. Do vậy, bạn phải tập cho mình thói quen cho phép bản thân tôn trọng Hữu thể của chính mình và đủ công bằng. Không có ai là hoàn hảo cả. Tất cả đều nhỏ bé dưới hào quang của Thượng Đế. Tuy nhiên, nếu thực tế khắc nghiệt ấy có nghĩa rằng chúng ta không có trách nhiệm chăm lo bản thân nhiều như chăm nom người khác, thì mọi người sẽ luôn bị trừng phạt rất tàn nhẫn. Điều đó không tốt chút nào. Tệ hơn cả, nó sẽ tạo nên nhiều khiếm khuyết cho thế giới, có thể khiến tất cả mọi người thành thực ngẫm nghĩ, chất vấn về tính đúng đắn của thế giới. Đó đơn giản không thể là con đường đi tới chính nghĩa.

Thay vì thế, để đối xử với chính mình như thể chính bạn là người có trách nhiệm phải giúp đỡ, hãy xét xem điều gì thực sự tốt cho bản thân. Điều này không bàn về "những gì bạn muốn". Nó cũng chẳng bàn về

"điều gì khiến bạn hạnh phúc". Mỗi lần bạn đưa cho một đứa trẻ một viên kẹo ngọt, bạn sẽ khiến đứa trẻ ấy hạnh phúc. Điều đó không có nghĩa là bạn không nên làm gì cho trẻ em ngoại trừ cho chúng ăn kẹo. "Hạnh phúc" chưa bao giờ đồng nghĩa với "tốt đẹp". Bạn phải yêu cầu đứa trẻ đánh răng sạch sẽ, phải mặc quần áo ấm ra ngoài khi trời rét, mặc dù chúng có thể phản đối kịch liệt. Bạn phải giúp một đứa trẻ trở thành người có đạo đức, có trách nhiệm và tỉnh táo, có khả năng đối xử nhân nhượng lẫn nhau - để chăm sóc cho bản thân và cho người khác, đồng thời cũng phát triển bản thân mỗi khi làm điều đó. Tại sao bạn chấp nhận đối xử với bản thân không bằng được như thế?

Bạn cần phải suy xét về tương lai và nghĩ rằng: "Cuộc sống của mình sẽ thế nào nếu mình tự chăm sóc đúng cách? Nghề nghiệp nào sẽ thách thức và biến mình trở thành người hữu ích, để mình có thể gánh vác trọng trách của bản thân và tận hưởng kết quả? Mình nên làm gì khi có chút tự do để cải thiện sức khỏe, mở rộng kiến thức và rèn luyện cơ thể?" Bạn cần phải biết mình đang ở đâu để vạch ra lộ trình cho mình. Bạn cần phải biết mình là ai để hiểu được những "vũ khí" mình đang có và hỗ trợ bản thân dựa trên việc tôn trọng những hạn chế của mình. Bạn cần phải biết mình đang đi đâu để có thể hạn chế mức độ hỗn loạn trong cuộc sống, lập lại trật tự và mang sức mạnh thiêng liêng của Hy vọng kết nối với thế giới.

Bạn phải xác định được nơi bạn đang đến để chuẩn bị tinh thần cho bản thân, để không kết thúc trong oán giận, thù hằn và hung ác. Bạn phải đặt ra những quy luật cho riêng mình, để tự bảo vệ bản thân khi người khác lợi dụng bạn quá đáng và để bạn vừa an tâm vừa an toàn khi làm việc cũng như vui chơi. Bạn phải giữ tính kỷ luật nghiêm ngặt cho bản thân. Bạn phải giữ lời hứa với chính mình và tự thưởng cho bản thân, để có thể tin tưởng

và động viên mình. Bạn cần phải quyết tâm hành động vì bản thân để tăng tối đa khả năng trở thành một người tốt và duy trì như thế. Thật tốt khi khiến cho thế giới trở thành một nơi tốt đẹp hơn. Xét cho cùng, Thiên Đường cũng không tự nhiên mà xuất hiện. Chúng ta phải làm việc để mang Thiên Đường đến đây, cũng như phải rèn luyện bản thân để chống lại thiên thần chết chóc cầm thanh gươm phán xét rực cháy mà Thượng Đế đã sai làm người chắn lối vào Thiên Đường.

Đừng xem thường sức mạnh của tầm nhìn và việc định hướng. Chúng là những thế lực không thể cưỡng lại, có thể biến những điều có vẻ là trở ngại, không chinh phục nổi thành lối đi, cũng như mở rộng thêm các cơ hội. Hãy rèn luyện bản thân. Bắt đầu từ chính mình. Hãy chăm sóc bản thân. Xác định mình là ai. Hãy định nghĩa lại tính cách. Hãy chọn cho mình đích đến và thể hiện Hữu thể của mình. Triết gia người Đức vĩ đại của thế kỷ XIX, Friedrich Nietzsche đã nhận định: "Người nào tìm ra lý do của cuộc sống, sẽ biết hắn phải sống thế nào."

Bạn có thể giúp định hướng cho thế giới hiện đang nằm trên quỹ đạo chệch choạng này, giúp nó nhích gần đến Thiên Đường đôi chút và tránh xa Địa Ngục đôi chút. Một khi đã hiểu được Địa Ngục, đã nghiên cứu nó - đặc biệt là Địa Ngục của chính cá nhân bạn - bạn có thể quyết định không đi đến đó, không tạo ra nó. Bạn có thể hướng mục tiêu vào nơi khác. Thực ra, bạn có thể cống hiến đời mình cho điều này. Nó sẽ mang lại cho bạn một Ý nghĩa, với chữ "Y" viết hoa. Nó có thể bênh vực cho sự tồn tại khốn khổ của bạn. Nó sẽ cứu chuộc bản chất tội lỗi của bạn, cũng như thay thế nỗi hổ thẹn và tự ý thức của bạn bằng niềm kiêu hãnh tự nhiên và lòng tự tin quả quyết của một người đã một lần nữa học được cách sánh bước cùng Thượng Đế trong Vườn Địa đàng.

Bạn có thể bắt đầu bằng cách đối xử với bản thân như thể đó là người mà bạn có trách nhiệm giúp đỡ.

QUY LUẬT 3

KẾT BẠN VỚI NHỮNG AI MONG MUỐN ĐIỀU TỐT ĐẸP NHẤT CHO BẠN

QUÊ CŨ

THỊ TRẤN NƠI TÔI LỚN LÊN chỉ mới được xây chừng 50 năm trước từ vùng thảo nguyên bạt ngàn miền Bắc. Fairview ở tỉnh Alberta là một phần của biên giới và vẫn còn những quán rượu cao bồi để chứng minh điều ấy. Cửa hàng tạp hóa Hudson's Bay Co. trên Đường Chính vẫn thu mua các bộ lông hải ly, sói và chó đồng cỏ từ các thợ bẫy thú địa phương. Từng có 3 nghìn người sinh sống ở đây, cách thành phố gần nhất tầm 400 dặm. Truyền hình cáp, trò chơi điện tử và internet vẫn chưa tồn tại. Thật không dễ tìm một thú vui vô hại ở Fairview, đặc biệt là trong suốt năm tháng mùa đông ròng rã, kéo dài với nhiệt độ ban ngày xuống dưới âm 40 độ C và thậm chí ban đêm còn rét hơn thế.

Ở một nơi lạnh lẽo, thế giới như biến thành một nơi khác. Những kẻ say rượu trong thị trấn thường kết thúc cuộc đời đau buồn của họ rất sớm. Họ băng qua những bờ sông phủ tuyết vào lúc 3 giờ sáng và bị đóng băng đến chết. Bạn không thể ra ngoài thường xuyên khi nhiệt độ âm 40 độ C. Chỉ với hơi thở đầu tiên, không khí của sa mạc khô hạn sẽ siết chặt phổi bạn. Mí mắt bạn sẽ bị đóng băng và dính chặt với nhau. Mái tóc dài ẩm ướt

sau khi tắm xong cũng sẽ đông cứng lại và khi ngôi nhà ấm lên, nó khô dần, xù ra xơ xác và tích đầy điện. Trẻ con chỉ dám thè lưỡi liếm vật dụng bằng thép trên sân chơi một lần trong đời. Khói từ các ống khói không bốc lên nổi. Bị cái lạnh đánh bại, khói cuốn xuống phía dưới và tụ lại thành những đám như sương mù trên mái nhà và sân bãi phủ tuyết. Xe hơi phải được cắm điện vào ban đêm để động cơ luôn được máy ủ nhiệt làm nóng; nếu không thì dầu sẽ không thể chảy vào động cơ vào sáng hôm sau và xe sẽ không khởi động được. Nhưng đôi lúc chúng vẫn không thể hoạt động (dù đã được sưởi ấm). Thế nên bạn cứ phải bật tắt động cơ liên tục một cách vô vọng cho đến khi nó kêu lách tách rồi lại rơi vào im lặng. Sau đó, bạn sẽ lấy bình ắc-quy bị đóng băng ra khỏi xe, tháo bu-lông bằng những ngón tay đông cứng trong cái lạnh giá dữ dội và mang nó vào trong nhà. Ắc-quy phải được rã đông suốt nhiều giờ cho đến khi đủ ấm để sạc được tử tế. Bạn cũng không thể nhìn ra bên ngoài từ cửa sau xe. Vì nó đã đóng băng suốt từ tháng Mười một và sẽ còn kéo dài đến tận tháng Năm. Cạo lớp tuyết này ra chỉ khiến băng ghế bị ướt thêm. Rồi băng ghế cũng sẽ bị đóng băng theo. Vào một đêm muộn, tôi quyết định leo lên chiếc xe Challenger Dodge 1970, ngồi hai giờ liền trên mép ghế dành cho tài phụ để đến thăm một người bạn. Tôi đã làm kẹt cần số và phải dùng một miếng giẻ thấm đẫm vodka để giúp kính chắn gió phía trước tay lái không bị mờ, vì lúc này máy sưởi của xe đã ngưng hoạt động. Dừng lại không phải là lựa chọn của tôi. Và cũng chẳng có chỗ nào để dừng lại cả.

Và đây cũng là Địa Ngục đối với những chú mèo nuôi nhà. Bọn mèo nuôi ở Fairview có tai và đuôi ngắn vì chúng đã mất hết chóp tai và chóp đuôi do cái lạnh tê cóng. Chúng dần trở nên giống với những con cáo Bắc cực, tiến hóa với những đặc tính ấy để chủ động đối phó với cái lạnh dữ

dội. Một ngày nọ, con mèo của chúng tôi chạy ra ngoài mà không ai để ý. Sau đó, chúng tôi tìm thấy nó với bộ lông bị đông cứng lại rất nhanh, dính chặt vào những bậc thang xi- măng lạnh cứng nơi nó ngồi ở cửa sau. Chúng tôi cẩn thận tách nó ra khỏi bệ xi-măng mà không để lại thương tổn nào vĩnh viễn - ngoại trừ lòng kiêu hãnh của nó. Mèo ở Fairview cũng hay gặp rủi ro từ xe hơi vào mùa đông, nhưng không phải vì những lý do mà bạn đang nghĩ đến đâu nhé. Không phải do xe hơi trượt trên những đường đóng băng và cán qua chúng đâu! Chỉ có những con mèo kém cỏi mới chết theo cách ấy. Nguy hiểm là những chiếc xe hơi đỗ lại bất ngờ. Một chú mèo bị rét rất có thể sẽ trèo lên xe và ngồi ngay trên khối động cơ xe còn ấm. Nhưng điều gì sẽ xảy ra nếu tài xế quyết định quay lại, quyết định đi tiếp trước khi động cơ nguội dần và con mèo chưa kịp bỏ đi? Có thể nói rằng bầy thú cưng trong nhà muốn tìm kiếm hơi ấm và những cánh quạt xoay tít của bộ tỏa nhiệt không thể cùng tồn tại với nhau trong êm đẹp.

Vì chúng tôi sống tận miền Bắc xa xôi, nên những ngày mùa đông rét giá cũng tối mịt. Đến tháng Mười hai, mãi đến 9 giờ rưỡi sáng, Mặt trời mới ló dạng. Chúng tôi phải lê bước đến trường trong đêm tối như mực. Và trời cũng chẳng sáng sủa hơn là mấy khi chúng tôi trở về nhà, ngay trước khi hoàng hôn buông xuống. Có rất ít việc làm dành cho thanh niên tại Fairview, thậm chí là vào mùa hè. Mùa đông thì còn tệ hơn nữa. Những lúc thế này, bạn bè quan trọng hơn tất cả.

ANH BẠN CHRIS CỦA TÔI CÙNG CẬU EM HỌ

Thời điểm đó, tôi có chơi với một người bạn. Tên cậu ấy là Chris. Chris là một chàng trai thông minh. Cậu ấy đọc rất nhiều sách. Cậu thích thể loại khoa học viễn tưởng, theo kiểu mà tôi luôn bị cuốn hút theo (như

của Bradbury, Heinlein, Clarke). Chris còn có tài phát minh. Cậu rất hứng thú với đồ điện tử, phụ tùng và động cơ. Cậu là một kỹ sư bẩm sinh. Tuy nhiên, tất cả những điều này đã bị lu mờ bởi điều gì đó không ổn trong gia đình cậu. Tôi không biết đó là gì. Các chị em gái của Chris cũng rất thông minh, bố cậu nói chuyện rất nhẹ nhàng và mẹ cậu cũng tử tế. Các cô gái dường như cũng mến cậu. Nhưng Chris lại bị bỏ mặc theo cách nào đó rất dễ nhận ra. Bất chấp trí thông minh và lòng hiếu kỳ của mình, Chris lại hay nổi cáu, giận dữ, tuyệt vọng.

Tất cả những điều này được thể hiện qua hình thái vật chất là chiếc xe bán tải hiệu Ford, đời 1972 màu xanh dương của cậu ấy. Chiếc xe đầy tai tiếng này có ít nhất một vết lõm ở mỗi phần tư khung sườn của phần thân xe bên ngoài vốn bị hư hại. Tệ hơn, số vết lõm bên trong xe cũng nhiều không kém. Chúng xuất hiện do tác động từ bộ phận cơ thể của bạn bè lên bề mặt trong xe, do chính những tai nạn liên tiếp tạo nên các vết lõm bên ngoài. Chiếc xe bán tải của Chris trông như bộ xương ngoài của một người theo chủ nghĩa hư vô. Nó có một miếng dán hoàn hảo ở bộ hãm xung: *Hãy cảnh giác - Thế giới luôn cần thêm sự cảnh giác*. Sự mỉa mai mà nó tạo ra kết hợp với các vết lõm càng khéo léo nâng chiếc xe lên thành "sân khấu kịch lố bịch". Và chuyện này hầu như chẳng có gì tình cờ cả (có thể nói như vậy).

Mỗi lần Chris đụng xe, cha cậu sẽ sửa nó và mua cho cậu một món gì đó khác. Cậu ấy đã có một chiếc xe máy và một chiếc xe tải chuyên dùng để bán kem. Cậu không quan tâm mấy đến chiếc xe máy của mình và cũng chẳng bán được cây kem nào. Cậu thường tỏ sự bất mãn với cha mình và cả mối quan hệ giữa họ. Cha Chris cũng đã già, không được khỏe và chỉ được chẩn đoán là mắc bệnh sau nhiều năm chịu đựng. Ông mất hết sức

sống vốn có. Có lẽ ông không thể dành đủ sự quan tâm đến con trai của mình. Có lẽ đó là những gì đã phá vỡ mối quan hệ giữa họ.

Chris có một người em họ nhỏ hơn hai tuổi tên là Ed. Tôi yêu mến cậu bé này nhiều như bạn yêu quý đứa em họ của người bạn thời thiếu niên vậy. Cậu bé là một đứa trẻ cao lớn, thông minh, có duyên và ưa nhìn. Và cu cậu cũng hóm hỉnh nữa. Nếu bạn gặp Ed lúc cu cậu 12 tuổi, hẳn bạn sẽ nghĩ rằng cậu bé sẽ có một tương lai tốt đẹp. Nhưng Ed đã từ từ tuột dốc. Cậu bỏ học giữa chừng và để mặc dòng đời cuốn trôi. Cậu không hay cáu giận như Chris, nhưng lại hoang mang. Nếu quen biết bạn bè của Ed, bạn có thể nói rằng áp lực từ bạn bè đồng lứa đã khiến cậu tuột dốc như thế. Tuy nhiên, bạn bè đồng trang lứa lại không lạc lối và sa ngã như cậu ấy; dù nhìn chung chúng cũng chẳng tươi sáng hơn là mấy. Đó cũng là trường hợp của Ed và Chris. Tình hình có vẻ không hề được cải thiện khi họ khám phá ra cần sa. Cần sa không xấu hơn rượu bia đối với tất cả mọi người. Đôi khi, dường như nó còn giúp mọi người khá hơn. Nhưng nó lại không cải thiện Ed và cũng không giúp Chris tốt lên được.

Để giải khuây suốt những đêm dài, Chris, tôi, Ed và những thanh thiếu niên khác đã lái xe hơi và xe bán tải đời 1970 vòng quanh thị trấn. Chúng tôi xuôi xuống Đường Chính, đi dọc Đại lộ Đường sắt, băng qua trường trung học, vòng sang khu phía bắc của thị trấn, sang phía tây hoặc lên lại Đường Chính, vòng sang phía bắc của thị trấn rồi chạy về phía đông, cứ thế lặp lại một nhịp điệu không ngừng nghỉ. Nếu không lái xe vào thị trấn, chúng tôi sẽ lái đến vùng nông thôn. Một thế kỷ trước, các nhà khảo sát đã vẽ ra một bản đồ lưới bao la trên toàn bộ diện tích 300 nghìn dặm vuông của vùng đại thảo nguyên phía tây. Cứ hai dặm về phía bắc, sẽ có một con đường cày sỏi kéo dài vô tận từ đông sang tây. Mỗi dặm về phía tây, sẽ lại

có một đường khác kéo từ bắc xuống nam. Và chúng tôi không bao giờ chạy ra khỏi những con đường ấy.

BÃI ĐẤT HOANG CỦA LŨ THIẾU NIÊN

Nếu không vòng quanh thị trấn và vùng nông thôn lân cận, chúng tôi sẽ đến một buổi tiệc. Một số người trưởng thành còn tương đối trẻ (hoặc một vài kẻ lớn tuổi hơn trông khá đáng sợ) thường tiếp đãi bạn bè tại nhà mình. Sau đó, ngôi nhà này sẽ trở thành chốn tạm bợ cho đủ loại người tiệc tùng trác táng, nhiều người trong số họ bắt đầu gây rối nghiêm trọng, hoặc nhanh chóng trở thành như thế khi say. Một bữa tiệc cũng có thể diễn ra rất đột ngột, khi các vị phụ huynh của bọn thiếu niên vô tư rời khỏi thị trấn. Trong trường hợp đó, những người ngồi trong xe ô tô hoặc xe tải thường xuyên lui tới sẽ thấy đèn trong nhà bật sáng, nhưng lại không có chiếc xe gia đình tại đó. Điều này không hề tốt. Mọi thứ có thể vượt tầm kiểm soát một cách nghiêm trọng.

Tôi không thích các buổi tiệc của bọn choai choai. Tôi cũng chẳng thương nhớ vấn vương gì họ. Họ là những kẻ có thái độ sống tiêu cực. Ánh đèn được bật ở chế độ lập lòe, khiến cho nhận thức của con người giảm xuống mức tối thiểu. Tiếng nhạc lớn đến nỗi người ta không trò chuyện được. Mà dù sao cũng chẳng có gì để nói trong trường hợp này. Luôn có vài kẻ tâm thần trong thị trấn đến tham dự. Mọi người uống rượu và hút thuốc rất nhiều. Cảm giác buồn thảm, ngột ngạt không mục đích bao trùm mọi lúc và chẳng có gì xảy ra cả (trừ khi bạn đếm số lần gã bạn điềm đạm của mình vừa say xỉn, vừa bắt đầu vung khẩu súng săn được lên nòng đủ 12 viên đạn; hoặc số lần cô gái mà tôi đã cưới sau này lăng mạ cái gã cầm dao đe dọa cô ấy với vẻ khinh rẻ; hoặc số lần một anh bạn khác

leo lên một cái cây lớn, đu ra ngoài nhánh và rơi đập lưng xuống đất, sống dở chết dở ngay cạnh ngọn lửa trại mà chúng tôi đã thắp. Và chính xác một phút ngay sau đó, gã bạn chí cốt của anh ta cũng sẽ làm theo).

Không ai biết họ đang làm trò gì ở những bữa tiệc ấy. Tìm kiếm một người cổ vũ chăng? Hay chờ đợi một điều không bao giờ đến? Mặc dù trước đây, người ta thích các nữ cổ động viên hơn hẳn (dù rất hiếm có đội cổ vũ ở thị trấn chúng tôi), nhưng "một điều không bao giờ đến" lại đúng với sự thật hơn. Tôi cho rằng sẽ lãng mạn hơn rất nhiều nếu chúng ta chớp lấy cơ hội lao vào những điều hứa hẹn hơn vì vốn đã chán ngấy mọi thứ đến tận cổ. Nhưng không phải thế. Tất cả chúng tôi đều bất cần, luôn mất hứng thú và sống thiếu trách nhiệm từ thuở "trẻ người non dạ" nên không thể tham gia vào các câu lạc bộ tranh biện, các khóa huấn luyện không quân, hay đội tuyển thể thao của trường mà người lớn đã cố gắng tổ chức cho mình. Làm bất cứ chuyện gì không phải là việc hay ho. Tôi không biết cuộc sống thiếu niên thế nào trước khi những nhà cách mạng thời cuối thập niên 1960 khuyên tất cả những người trẻ hãy hiểu rõ thực tế, tìm niềm hứng thú và bỏ học. Liệu có ổn không nếu một cậu thiếu niên cống hiến hết mình cho một câu lạc bộ vào năm 1955? Vì chắc chắn 20 năm sau, điều đó là không ổn. Rất nhiều người trong số chúng tôi đã tìm niềm hứng thú và bỏ học lúc ấy. Nhưng lại không có mấy người thấu đạt tình hình.

Tôi muốn được sống ở một nơi khác và tôi không phải là người duy nhất. Rốt cuộc thì tất cả những ai đã rời khỏi Fairview - nơi mà tôi lớn lên - đều biết họ sẽ bỏ xứ đi từ hồi 12 tuổi. Tôi biết thế. Vợ tôi, người đã cùng tôi lớn lên trên một con phố của hai gia đình, cũng biết thế. Những người bạn của tôi, dù rời bỏ thị trấn hay không, cũng biết thế; bất kể họ đã

chọn đi trên con đường nào. Có một kỳ vọng bất thành lời trong các gia đình nơi có người đang theo học đại học là: "Ra đi là điều hiển nhiên". Đối với những gia đình có dân trí thấp, một tương lai với tới ngôi trường đại học vốn không nằm trong nhận thức của họ. Không phải vì họ thiếu tiền. Học phí để học lên cao rất thấp vào thời điểm đó; việc làm tại Alberta rất phong phú và còn được trả lương cao. Tôi từng kiếm được nhiều tiền hơn vào năm 1980 khi làm việc tại một nhà máy gỗ dán so với bất kỳ công việc nào khác trong suốt 20 năm. Chẳng có ai bỏ đại học vì nhu cầu tài chính tại Alberta, vùng đất đầy dầu mỏ ở thập niên 1970 cả.

MỘT VÀI NGƯỜI BẠN KHÁC BIỆT VÀ MỘT SỐ KHÁC CŨNG GIỐNG HỌ

Thời trung học, sau khi nhóm bạn nối khố của tôi đã bỏ học hết, tôi kết bạn với hai người mới. Họ đến Fairview với tư cách học sinh nội trú. Không có trường nào đào tạo bậc sau lớp chín ở vùng quê xa xôi hẻo lánh đúng với cái tên Hẻm núi Gấu (Bear Canyon) của họ. Có thể nói hai người ấy là một cặp đôi tương đối tham vọng; thẳng thắn và đáng tin cậy, nhưng cũng khá ngầu và rất hóm hỉnh. Khi tôi rời thị trấn để theo học Đại học Vùng Grande Prairie cách đó khoảng 90 dặm, một trong hai người họ đã trở thành bạn cùng phòng của tôi. Người còn lại đến nơi khác để theo đuổi sự nghiệp học vấn cao hơn. Cả hai đều có tinh thần cầu tiến. Quyết định của họ đã tiếp thêm động lực cho tôi.

Tôi là một người ít nói nhưng hạnh phúc khi ở đại học. Tôi đã tìm thấy một nhóm đồng bạn khác đông hơn có cùng chí hướng. Người bạn đến từ Hẻm núi Gấu của tôi cũng gia nhập nhóm này. Tất cả chúng tôi đều say mê văn học và triết học. Chúng tôi điều hành Hội Sinh viên. Chúng tôi cũng là những người đầu tiên trong Hội tạo ra lợi nhuận cho tổ chức bằng

các tiết mục khiêu vũ trong trường. Sao có thể thua lỗ khi bán bia cho bọn nhóc sinh viên? Chúng tôi thành lập một tờ báo. Chúng tôi được các vị giáo sư ngành khoa học chính trị, sinh học và văn học Anh biết đến trong các buổi hội thảo nhỏ đặc thù ngay cả khi còn là sinh viên năm nhất. Các giảng viên biết ơn lòng nhiệt huyết của chúng tôi và đã dạy dỗ chúng tôi rất tốt. Chúng tôi đang xây dựng một cuộc sống tốt đẹp hơn.

Tôi đã vứt bỏ rất nhiều điều trong quá khứ. Tại một thị trấn nhỏ, mọi người đều biết bạn là ai. Bạn kéo lê những năm tháng dài dằng dặc phía sau như một con chó chạy lông nhông với mớ lon thiếc được gắn vào đuôi. Bạn không thể thoát khỏi con người lúc trước của mình. Tạ ơn Chúa vì khi ấy không phải tất cả mọi thứ đều có trên mạng, nhưng chúng cũng đã được lưu giữ lại sâu sắc không kém, trong những kỳ vọng và ký ức vừa có thể, vừa không thể diễn đạt thành lời của mọi người.

Khi bạn dịch chuyển, mọi thứ sẽ bị đảo lộn, ít nhất cũng trong chốc lát. Điều đó thật căng thẳng, nhưng bên trong sự hỗn loạn là những tiềm năng khả dĩ mới. Mọi người, bao gồm cả bạn, không thể vùi mình trong những quan niệm cũ kĩ. Bạn vùng thoát ra khỏi lối mòn. Bạn có thể tạo nên những lối mòn mới, để mọi người nhắm đến những điều tốt đẹp hơn. Tôi nghĩ đây chỉ là một sự phát triển tự nhiên. Tôi nghĩ rằng những ai tiến lên sẽ có - và muốn có - cùng chung một trải nghiệm như phượng hoàng trỗi dậy từ tro tàn. Nhưng điều đó không phải lúc nào cũng đúng.

Có lần, khi chừng 15 tuổi, tôi đi cùng với Chris và một người bạn khác - Carl - đến Edmonton, một thành phố với 600 nghìn dân. Carl chưa bao giờ đặt chân đến thành phố. Điều này không phải hiếm. Từ Fairview đến Edmonton là một chuyến khứ hồi những 800 dặm. Tôi đã đến đó đôi ba lần, lúc cùng đi với ba mẹ, lúc đi một mình. Tôi thích sự ẩn danh mà thành

phố này mang lại. Tôi thích những khởi đầu mới. Tôi thích được thoát khỏi thứ văn hóa niên thiếu chán chường và gò bó tại quê hương mình. Nên tôi đã thuyết phục hai người bạn cùng đi chuyến ấy. Nhưng họ lại không có cùng trải nghiệm như tôi. Ngay khi chúng tôi đến, Chris và Carl muốn mua vài cái bình. Chúng tôi đi thẳng đến những vùng của Edmonton trông hệt như những nơi tồi tệ nhất của Fairview. Chúng tôi đã tìm thấy những gã buôn bán cần sa trên cùng một con phố chợ đen. Chúng tôi đã trải qua một cuối tuần say túy lúy trong phòng khách sạn. Mặc dù đã đi một quãng đường khá xa, nhưng chúng tôi lại chẳng đến đâu cả.

Vài năm sau đó, tôi đã chứng kiến một trường hợp thậm chí còn nổi bật hơn trải nghiệm trên. Tôi đã chuyển đến Edmonton để hoàn thành bằng đại học của mình. Tôi sống trong một căn hộ cùng với em gái mình; con bé theo học nghề y tá. Con bé cũng mới đến. (Ít năm sau, con bé đã trồng dâu tây tại Na Uy, tiến hành các cuộc đi săn xuyên khắp châu Phi, buôn lậu xe tải qua vùng sa mạc Sahara từng bị quấy nhiễu bởi người Tuareg và trông nom những chú dã nhân mồ côi tại Congo). Chúng tôi đã có một nơi ở đẹp đẽ trong một căn hộ cao tầng mới, nhìn ra thung lũng rộng lớn của dòng sông Saskatchewan nằm ở phía Bắc. Chúng tôi nhìn thấy khung cảnh đường chân trời của thành phố. Tôi từng mua một cây đàn dương cầm đứng hiệu Yamaha mới xinh đẹp trong cơn cuồng nhiệt. Nơi này trông thật tươi đẹp.

Tôi nghe tin Ed - người em họ của Chris - đã chuyển đến sống ở thành phố này. Tôi cứ nghĩ rằng đó là điều tốt. Một ngày nọ, cậu bé gọi điện thoại cho tôi. Tôi mời cậu đến nhà. Tôi muốn biết cậu ấy đang làm ăn sinh sống thế nào. Tôi hy vọng cậu gặt hái được vài thành công dựa trên tiềm năng mà tôi từng nhận thấy ở cậu. Nhưng chuyện không diễn ra như thế.

Ed xuất hiện với vẻ già dặn, đầu hói và lưng thì hơi khòm khòm. Cậu ấy rất giống một người trưởng thành trẻ tuổi thất bại hơn là một thanh niên đầy tiềm năng. Đôi mắt Ed hằn lên những vệt đỏ của kẻ dùng ma túy thường xuyên. Ed từng nhận làm một số công việc - cắt cỏ và tạo cảnh quan theo thời vụ - vốn hợp với sinh viên đại học làm bán thời gian hoặc ai đó không tìm được việc nào khá hơn, ngoài một công việc thấp kém khốn khổ nếu so với sự nghiệp của một gã thông minh.

Ed đến cùng với một người bạn.

Tôi vẫn nhớ như in người bạn của Ed. Gã ta đang phê thuốc. Người gã như phát sốt. Hắn "chơi" thuốc đến mức khô rạc cả người. Mái đầu của hắn không thể nào đội trời chung với căn hộ sạch đẹp, văn minh của chúng tôi được. Em gái tôi cũng ở đấy. Em ấy biết Ed. Em đã từng nhìn thấy những điều như vậy trước đây. Nhưng tôi vẫn không vui vì Ed đã đưa gã này vào nơi ở của anh em tôi. Ed ngồi xuống. Gã bạn của Ed cũng ngồi xuống, dù không rõ hắn có nhận thức được hay không. Quả là một bi kịch. Dù đang phê thuốc, nhưng Ed vẫn có cảm giác xấu hổ. Chúng tôi nhấm nháp bia. Gã bạn của Ed nhìn lên trên trần nhà rồi lẩm bẩm: "Phân tử trong người tao đang chạy tán loạn trên trần." Chẳng có lời nào thành thật hơn thế.

Tôi kéo Ed sang và nói một cách rất lịch sự rằng cậu ấy phải đi thôi. Tôi bảo đáng ra cậu không nên đưa gã bạn kinh tởm vô dụng này đến cùng. Cậu gật đầu và đã hiểu. Điều đó đã khiến mọi chuyện còn tệ hơn. Sau đó, người anh họ của cậu, Chris, đã viết cho tôi một bức thư nói về sự việc này. Tôi đã đưa nó vào cuốn sách đầu tiên của mình - Những tấm bản đồ của ý nghĩa: Kiến trúc của niềm tin xuất bản năm 1999: "Trước đây, tôi có những người bạn", Chris viết. "Bất cứ ai xem thường bản thân đủ

nhiều thì có thể tha thứ được cho tính tự coi thường bản thân của tôi."

Điều gì đã khiến Chris, Carl và Ed không thể (hoặc tệ hơn là không muốn) hành động nhằm thay đổi tình bạn của họ và cải thiện hoàn cảnh sống? Phải chăng nó là điều không thể tránh khỏi - hậu quả của những hạn chế, những bệnh tật và chấn thương hình thành trong quá khứ? Suy cho cùng, con người biến đổi cực kỳ khác biệt theo những cách dường như có cấu trúc và mang tính quyết định. Mọi người đều khác nhau về trí tuệ, điều quyết định phần lớn khả năng học hỏi và thay đổi. Mỗi người đều có những tính cách khác biệt. Có người năng động và cũng có người thụ động. Có người luôn lo lắng và cũng có người điềm tĩnh. Với mỗi cá nhân có động lực đạt thành tựu, thì sẽ lại có một kẻ khác lười nhác. Mức độ của những sự khác biệt là một phần thiết yếu của con người. Nó lớn hơn những gì mà kẻ lạc quan ước chừng và kỳ vọng. Và còn có một chứng bệnh - về mặt thể chất lẫn tinh thần, có thể được chẩn đoán hoặc vô hình - hạn chế và định hình cuộc sống của chúng ta hơn thế nữa.

Chris đã mắc chứng loạn thần kinh ở tuổi 30, sau nhiều năm chìm đắm trong sự điên loạn. Không lâu sau đó, cậu ấy tự sát. Liệu thói quen sử dụng cần sa quá liều có đóng vai trò khuếch đại sự điên loạn này, hay nó chỉ là một phương thuốc tự chữa có thể được cảm thông? Cần sa đã bị cấm dùng trong các toa thuốc giảm đau của bác sĩ tại một số bang, mà Colorado là một ví dụ. Có lẽ đây là điều tốt cho Chris thay vì tồi tệ hơn. Có lẽ nó sẽ giúp cậu vơi bớt nỗi đau khổ thay vì khiến cậu ngày càng bất ổn hơn. Liệu đó có phải là triết lý hư vô mà cậu đã nuôi dưỡng để mở đường cho sự suy sụp cuối cùng của mình? Hay chính triết lý hư vô đó là hậu quả tất yếu từ sức khỏe xấu thực sự, hoặc chỉ là sự hợp lý hóa khôn ngoan cho việc không muốn sống một cách có trách nhiệm? Tại sao cậu ta - giống như em

họ mình và những người bạn khác của tôi - cứ liên tục chọn ở bên những người và những nơi chẳng mấy tốt đẹp?

Đôi lúc, khi người ta có nhận định thấp kém về giá trị của chính họ, hay có lẽ khi họ từ chối nhận trách nhiệm về cuộc sống của mình - họ sẽ chọn một người bạn mới và chính xác là kiểu người gây rắc rối trong quá khứ. Những người như vậy không tin là họ xứng đáng với điều gì đó tốt đẹp hơn - nên họ không kiếm tìm nó. Hoặc có lẽ họ không muốn nhận thêm những rắc rối từ những điều tốt đẹp hơn đó. Freud gọi đây là "sự cưỡng bách lặp lại". Ông cho rằng nó là một động lực vô thức nhằm lặp lại những nỗi kinh hoàng của quá khứ - đôi khi, có thể thiết lập những nỗi kinh hoàng đó một cách chính xác hơn; đôi khi để thành thục nó một cách chủ động hơn; và đôi khi chỉ vì không còn lựa chọn nào khác. Con người tạo ra thế giới của họ bằng những công cụ mà họ nắm trong tay. Các công cụ lỗi tạo ra kết quả sai. Việc sử dụng lặp đi lặp lại các công cụ lỗi này sẽ dẫn đến kết cuộc là những hậu quả sai trái như nhau. Chính vì lẽ này mà những ai không học hỏi được từ quá khứ sẽ tự hủy hoại bản thân vì tái sử dụng nó. Đó là một phần số phận. Đó là một phần bất lực. Đó là một phần… không sẵn lòng học hỏi? Từ chối học hỏi? Hay là có động cơ từ chối học hỏi?

GIẢI CỨU KẺ BỊ ĐỌA ĐÀY

Mỗi người chọn cho mình bạn bè xấu vì những lý do khác nhau. Đôi khi vì họ muốn giải cứu ai đó. Đây là hành động điển hình hơn cả ở thanh thiếu niên, mặc dù sự thúc đẩy vẫn tồn tại giữa những người lớn tuổi quá dễ bằng lòng hoặc vẫn còn ngây thơ, hoặc những người chấp nhận mù quáng. Ai đó có thể phản đối rằng: "Nhìn thấy điều tốt đẹp nhất ở một

người chỉ mới ở mức đúng đắn mà thôi. Đức hạnh cao đẹp nhất là khao khát giúp đỡ." Nhưng không phải ai thất bại cũng là nạn nhân và không phải ai đang ở đáy sâu cũng muốn vươn lên, mặc dù có rất nhiều người mong muốn và xoay xở làm được. Tuy nhiên, người ta thường chấp nhận hoặc thậm chí khuếch đại nỗi đau của chính mình cũng như của người khác, nếu họ có thể trưng nó ra như bằng chứng cho sự bất công của thế giới. Ở đây không thiếu những kẻ áp bức trong số những người bị đàn áp; ngay cả khi ở vị thế thấp kém, nhiều người trong số họ vẫn chỉ là những kẻ học đòi bạo lực. Đó là con đường dễ dàng nhất để ta lựa chọn, từng giây từng phút, dù cuối cùng nó chẳng mang lại gì ngoài Địa Ngục về lâu dài.

Hãy hình dung một người nào đó đang không ổn. Anh ta cần sự giúp đỡ. Anh ta thậm chí muốn được ai đó giúp đỡ. Nhưng không dễ phân biệt giữa người thực sự muốn và cần được giúp đỡ với người chỉ đơn thuần lợi dụng một người cứu giúp hảo tâm. Sự phân biệt này khó với cả những người muốn, cần và lợi dụng sự giúp đỡ. Một người đã cố gắng nhưng thất bại, được tha thứ, rồi lại tiếp tục cố gắng nhưng thất bại, và lại được tha thứ, cũng thường là người muốn mọi người tin vào độ xác thực của tất cả những điều mà họ đang cố gắng làm.

Khi sự thật thà ngây thơ không chỉ là duy nhất, thì sự cố gắng cứu giúp ai đó thường được tiếp thêm bởi tính tự phụ và ái kỷ. Điều tương tự đã được trình bày chi tiết trong cuốn Bút ký dưới hầm của nhà văn Nga Fyodor Dostoevsky, mở đầu bằng những dòng nổi tiếng: "Tôi là một kẻ mang bệnh… Tôi là một kẻ độc ác. Tôi là một người tẻ nhạt. Tôi tin rằng mình bị đau gan." Đó là lời thú tội của một kẻ trú ẩn khốn khổ, kiêu căng trong thế giới đen tối của sự hỗn loạn và tuyệt vọng. Ông tự mổ xẻ bản

thân mình theo cách phũ phàng, nhưng đây chỉ là cách trả giá cho 100 tội lỗi, dù thực tế ông đã phạm cả nghìn lỗi. Sau đó, tưởng tượng rằng mình được chuộc lỗi, người đàn ông dưới hầm đã phạm vào tội lỗi nghiêm trọng nhất cuộc đời. Ông đã chu cấp cho một người bất hạnh thật sự - Liza - một cô gái mại dâm đang rơi vào cảnh tuyệt vọng trên đường phố thế kỷ XIX. Ông mời cô ghé nhà chơi và hứa hẹn sẽ giúp cô quay trở lại con đường đời đúng đắn. Trong khi chờ đợi cô xuất hiện, những ảo tưởng của ông càng lúc càng xoay vần nhiều hơn:

Nhưng một ngày lại trôi đi, rồi ngày thứ hai, ngày thứ ba, vẫn không thấy nàng đến. Hễ nàng không đến là tôi yên tâm hơn hẳn. Tôi thậm chí còn trơ trẽn khoái chí sau mỗi 9 giờ, đôi khi bắt đầu mơ mộng ngọt ngào kiểu như: Mình sẽ cứu rỗi Liza… nghĩa là chỉ cần thuyết giáo cho nàng nghe khi nàng tới thăm mình…. Mình sẽ giáo hóa nàng, sẽ khai trí cho nàng. Rồi cuối cùng mình cũng sẽ để ý thấy là nàng yêu mình, yêu say đắm. Nhưng mình sẽ giả vờ như không hiểu (mình cũng không rõ tại sao mình làm như vậy, có lẽ chỉ để gây ấn tượng chăng). Rồi hết sức bối rối, cảm động và rưng rưng nước mắt, nàng quỳ xuống chân mình và nói rằng mình là vị cứu tinh của nàng và yêu mình hơn mọi thứ trên đời…

Người đàn ông dưới hầm chẳng có gì ngoài nỗi ái kỷ được nuôi dưỡng bởi những ảo tưởng như thế. Liza đã bị chính chúng tàn phá cuộc đời. Sự cứu rỗi mà ông đề xuất cho những đòi hỏi của cô ấy thì vượt xa hơn những lời cam kết và tính chín chắn mà người đàn ông dưới hầm này sẵn sàng và có thể chu cấp. Ông ta chỉ đơn giản không có nhân cách để nhận thấy nó - một điều mà ông nhanh chóng nhận ra và cũng hợp lý hóa nhanh

không kém. Liza cuối cùng đã đến căn hộ tối tàn của ông với hy vọng tìm một lối thoát, đánh cược mọi thứ vào chuyến thăm này. Cô nói với người đàn ông dưới hầm rằng cô muốn rời bỏ cuộc sống hiện tại. Và phản ứng của ông ta ra sao?

"Tại sao cô lại tới đây với tôi, làm ơn nói cho tôi biết đi?" - tôi mở lời, tiếng nói như bị tắc trong hơi thở và tôi cũng chẳng cần theo mối liên hệ logic nào hết. Tôi tuôn hết ra trong một lúc, trong một hơi. Tôi cũng chẳng gặp khó khăn nào để bắt đầu. "Tại sao cô lại đến? Cô hãy trả lời đi! Trả lời ngay!" - Tôi la lớn, không còn biết mình đang làm gì. "À, tôi xin trả lời thay cô nhé! Cô đến vì hôm đó tôi đã nói cho cô nghe những lời cảm động, cô mủi lòng và cô muốn được nghe những lời ủy mị ấy thêm nữa. Nhưng cô nên biết rằng hôm ấy tôi chỉ đang cười nhạo cô thôi. Và hôm nay tôi cũng cười nhạo cô đấy. Mà làm gì phải run bần bật lên thế kia? Phải! Tôi đã cười cô đấy! Tối hôm ấy người ta đã làm nhục tôi trong bữa ăn - đó là những tên đến đó trước tôi. Tôi đến chỗ ấy cốt để rửa nhục với một tên trong bọn chúng, tên lính đó; nhưng tôi đã không làm được vì không tìm thấy bọn chúng. Nhưng tôi phải đổ cái nhục của tôi lên đâu ai đó để giành quyền làm nhục về cho tôi; đúng lúc cô ở đấu đến, tôi đã đổ nó lên đầu cô và cười nhạo cô. Tôi đã bị làm nhục, cho nên tôi cũng muốn làm nhục. Người ta đã đối xử với tôi như miếng giẻ rách thì tôi cũng muốn tỏ cái uy quyền của tôi… Câu chuyện là thế đấy. Còn cô, cô cứ tưởng là tôi đến để thực tình cứu vớt cô. Có phải không? Có đúng vậy không? Cô đã tưởng thế chứ gì?"

Tôi biết trước là nàng sẽ rối trí và không thể hiểu được chính xác hoàn toàn, nhưng cũng biết rằng nàng sẽ hiểu bản chất vấn đề. Quả

nhiên nàng hiểu thật. Mặt nàng tái đi, cố nói nhưng đôi môi lại lắp bắp đau đớn. Rồi nàng ngồi phịch xuống ghế như vừa bị rìu đốn lên người. Sau tất cả, nàng vẫn nghe tôi nói, miệng mấp máy, mắt mở to, toàn thân run rẩy vì khiếp hãi. Cái thứ cay độc, cái cay độc của kẻ yếm thế là tôi đã hoàn toàn bóp nghẹt nàng…

Cách lên mặt tỏ vẻ ta đây, lối vô ý tứ và ác ý rành rành của người đàn ông dưới hầm đã phá tan những hy vọng cuối cùng của Liza. Ông ta hiểu rõ điều này. Tệ hơn nữa: Điều gì đó trong ông luôn nhắm thẳng vào những điều như thế. Và ông cũng biết điều đó. Nhưng một tên hung đồ tuyệt vọng về thói tàn ác của mình không thể trở thành người hùng. Người hùng là điều gì đó tích cực, chứ không chỉ là thiếu vắng cái ác.

Nhưng bạn có thể phản đối rằng Chúa Giê-su đã làm bạn với những kẻ thu thuế và gái mại dâm. Làm sao tôi dám phỉ báng động cơ của những người đang cố gắng giúp đỡ cơ chứ? Nhưng Chúa Giê-su là mẫu hình hoàn hảo của con người. Còn bạn chỉ là bạn thôi. Làm sao bạn biết rằng những cố gắng, nỗ lực của bản thân mà bạn mang đến cho ai đó - hoặc cho chính bạn - có đẩy họ xuống sâu hơn không? Hãy hình dung trường hợp của một quản đốc giám sát một nhóm công nhân rất giỏi. Tất cả đều cố gắng đạt đến một mục tiêu chung. Hãy hình dung rằng họ chăm chỉ, tài trí, sáng tạo và đoàn kết. Nhưng người giám sát cũng phải chịu trách nhiệm cho những công nhân có vấn đề, những người làm việc không tốt ở nơi khác. Nhằm truyền động lực phù hợp, một nhà quản lý có thiện ý sẽ đưa đối tượng có vấn đề ấy vào sinh hoạt chung với nhóm người ưu tú, với hy vọng cải thiện anh ta bằng những gương sáng. Điều gì sẽ xảy ra? - Tài liệu tâm lý sẽ làm sáng tỏ vấn đề này. Có phải kẻ lầm lạc sẽ vươn người đứng thẳng dậy ngay lập tức và bay cao? Không! Thay vào đó, cả nhóm này sẽ

suy đồi. Kẻ mới đến vẫn còn hoài nghi, ngạo mạn và dễ bị kích động. Anh ta sẽ phàn nàn. Anh ta sẽ trốn tránh. Anh ta bỏ những cuộc họp quan trọng. Công việc chất lượng thấp của anh gây nên trì trệ, khiến cho người khác phải nhúng tay vào hoàn thành. Nhưng anh ta vẫn được trả lương như các đồng nghiệp khác. Những công nhân chăm chỉ xung quanh bắt đầu cảm thấy họ bị phản bội. Mỗi người sẽ nghĩ rằng: "Tại sao mình phải vất vả nai lưng hoàn thành dự án này, trong khi thành viên mới của nhóm chẳng bao giờ đổ giọt mồ hôi nào?" Điều tương tự cũng sẽ xảy ra khi các vị cố vấn có thiện ý sắp xếp một cậu trai chểnh mảng vào giữa những bạn bè đồng trang lứa tương đối văn minh. Sự chểnh mảng này sẽ lan rộng chứ không phải sự ổn định. Đi xuống bao giờ cũng dễ hơn là đi lên.

Có lẽ bạn cứu giúp ai đó vì bạn là người mạnh mẽ, rộng lượng, có trách nhiệm và muốn làm điều đúng đắn. Nhưng cũng có thể - và rất có thể - rằng bạn đơn thuần chỉ muốn tạo sự chú ý đến thiện chí và lòng trắc ẩn vô tận của mình. Hoặc bạn có thể cứu giúp ai đó vì muốn thuyết phục bản thân rằng sức mạnh tính cách không chỉ là sản phẩm phụ do vận may và sinh quán của mình. Hoặc có thể vì bạn sẽ trông có vẻ đức hạnh hơn khi đứng cạnh một kẻ hoàn toàn vô trách nhiệm.

Đầu tiên, hãy giả dụ rằng bạn đang làm việc dễ dàng nhất, chứ không phải việc khó khăn nhất.

Chứng nghiện rượu vô độ của bạn khiến cho thú chè chén của tôi có vẻ tầm thường. Những cuộc nói chuyện nghiêm túc dài lê thê của tôi với bạn về cuộc hôn nhân đổ vỡ thê thảm của bạn sẽ thuyết phục cả hai chúng ta rằng: Bạn đang cố gắng làm mọi thứ trong khả năng, còn tôi đang dốc hết sức giúp bạn. Nó có vẻ như sự nỗ lực. Nó giống như sự tiến bộ. Nhưng sự cải thiện thực sự đòi hỏi nhiều hơn từ cả hai người các bạn. Bạn có chắc

chắn rằng kẻ đang kêu gào cứu giúp kia chưa từng có cả nghìn lần quyết định chấp nhận nỗi đau vô nghĩa và ngày càng tệ hại hơn, đơn giản vì như thế dễ hơn là gánh vác bất kỳ trách nhiệm thực sự nào? Có khi nào bạn đang ảo tưởng không? Có thể nào thái độ khinh miệt của bạn sẽ cao cả hơn lòng thương xót?

Hoặc có thể bạn chẳng có kế hoạch thực sự nào (hoặc chẳng thực tế mấy) để giải cứu một ai. Bạn đang giao du với những người ảnh hưởng không tốt đến mình không phải vì như thế tốt đẹp hơn cho bất kỳ ai, mà vì điều đó dễ dàng hơn. Bạn biết điều đó. Bạn bè của bạn biết điều đó. Tất cả các bạn đều bị ràng buộc với một hợp đồng ngầm ẩn - cùng nhắm vào chủ nghĩa hư vô, sự thất bại và nỗi đau khổ của kẻ ngu xuẩn nhất. Bạn đã quyết định hy sinh tương lai cho đến tận lúc này. Bạn chẳng nói gì về nó. Bạn chẳng hề tập hợp cả hội cùng nhau và nói: "Hãy chọn con đường dễ dàng hơn. Hãy nuông chiều mọi thứ mà khoảnh khắc này mang lại. Và hơn nữa, hãy nhất trí đừng đánh động lẫn nhau. Bằng cách đó, chúng ta có thể dễ dàng quên đi những gì mình đang làm." Bạn chẳng đề cập gì đến điều đó cả. Nhưng tất cả các bạn đều biết điều gì thực sự đang diễn ra.

Trước khi giúp đỡ ai đó, bạn nên khám phá lý do người đó gặp rắc rối. Bạn không nên đơn thuần cho rằng họ là nạn nhân đáng thương của các tình huống bất công và bị lợi dụng. Đó là lời giải thích hiếm gặp nhất, chứ không phải chắc chắn nhất. Theo kinh nghiệm của tôi - về mặt lâm sàng và trường hợp khác - điều này chẳng bao giờ đơn giản cả. Bên cạnh đó, nếu bạn tin vào câu chuyện rằng mọi điều khủng khiếp cứ tự nó xảy ra và nạn nhân không phải chịu trách nhiệm cá nhân nào, bạn sẽ chối bỏ mọi điều ở người ấy trong quá khứ (và ngụ ý ở cả hiện tại lẫn tương lai). Theo nghĩa này, bạn sẽ tước hết mọi sức mạnh nơi họ.

Nhiều khả năng một cá nhân cụ thể vừa quyết định từ chối con đường tiến lên chỉ vì nó khó khăn. Đó có thể là giả định đã được ngầm định trong bạn khi đối mặt với tình huống như thế. Bạn nghĩ rằng điều đó quá khắc nghiệt. Có thể bạn đúng. Có lẽ đó là một bước đi quá xa. Nhưng hãy xét đến điều này: Thất bại là điều dễ hiểu. Không ai cần lời giải thích cho sự tồn tại của nó. Tương tự, nỗi sợ hãi, hận thù, thói nghiện ngập, sự lang chạ, phản bội và lừa dối cứ thế tồn tại mà không cần lời giải thích. Sự tồn tại của thói xấu xa hay mê đắm không cần đến lời giải thích. Thói xấu rất dễ xuất hiện. Thất bại cũng thế. Thật dễ để không phải vác gánh nặng trên vai. Thật dễ để không phải suy nghĩ, hành động và bận tâm. Thật dễ để bỏ mặc những việc cần làm hôm nay đến ngày mai, và chìm đắm trong những thú vui rẻ tiền của hôm nay suốt những năm tháng tiếp theo. Giống như nhân vật người cha tai tiếng trong loạt phim hoạt hình Simpson đã nói, ngay trước khi nốc hết một lọ sốt mayonnaise trộn lẫn rượu vodka: "Đó là vấn đề của Homer[27] trong Tương lai. Tôi chẳng thèm ghen tỵ với gã ta đâu nhé!"

Làm sao tôi biết rằng nỗi đau của bạn không phải là yêu cầu tử vì đạo do những nguồn lực của tôi, để bạn có thể lập tức ngăn chặn điều không thể tránh khỏi chỉ trong khoảnh khắc mỏng manh? Có lẽ bạn thậm chí đã vượt quá giới hạn quan tâm đến sự đổ vỡ sắp đến, nhưng vẫn không muốn thừa nhận nó. Có lẽ sự giúp đỡ của tôi sẽ không giúp khắc phục được gì - hoặc không thể khắc phục được - nhưng nó sẽ tạm thời ngăn được sự nhận biết rất khủng khiếp và rất cá nhân ấy. Có lẽ nỗi đau của bạn là một đòi hỏi đặt ra cho tôi, và khiến tôi cũng thất bại đến mức khoảng cách mà bạn cảm nhận trong đau đớn giữa hai ta có thể rút ngắn lại, khi bạn suy sụp rồi chìm nghỉm. Làm sao tôi biết rằng bạn sẽ từ chối chơi một trò như thế?

Làm sao tôi biết mình có đang chỉ giả vờ có trách nhiệm hay không, bằng cách "giúp đỡ" bạn một cách vô ích; để tôi không phải làm điều gì đó thực sự khó khăn và cũng thực sự khả thi?

Có lẽ nỗi thống khổ là thứ vũ khí mà bạn hươ lên trước những ai đang tiến bước trong khi bạn cứ chờ đợi và đắm chìm. Có lẽ nỗi thống khổ của bạn là nỗ lực nhằm chứng minh rằng thế giới này bất công, thay vì minh chứng cho tội lỗi của chính bạn, cho sự thiếu dấu ấn riêng và cho cả sự khước từ nỗ lực phấn đấu cũng như sự sống mà bạn ý thức được. Có lẽ tinh thần sẵn sàng chịu đựng thất bại của bạn là vô bờ, vì bạn đã dùng nỗi đau để chứng minh nó. Có lẽ đó là sự trả thù của bạn đối với Hữu thể. Chính xác thì tôi nên kết thân với bạn như thế nào khi bạn đang trong tâm thế như vậy? Chính xác thì tôi phải làm sao?

Thành công: Đó là điều bí ẩn. Đức hạnh: Đó là điều không thể lý giải. Để thất bại rất đơn giản, bạn chỉ cần tập theo vài thói quen xấu. Bạn chỉ cần chờ thời. Và một khi ai đó đã dành đủ thời gian để tập theo những thói quen xấu và chờ thời, thì con người họ sẽ thua sút đi rất nhiều. Phần lớn những gì họ từng làm được sẽ tiêu biến và con người kém cỏi hơn nhiều mà họ từng trở thành sẽ hiện hữu. Mọi thứ đổ vỡ theo ý của họ, nhưng tội lỗi của con người lại đẩy nhanh quá trình suy đồi. Và sau đó là đến "cơn đại hồng thủy".

Tôi không nói rằng không có hy vọng cứu rỗi nào. Nhưng rất khó kéo ai đó lên khỏi vực thẳm so với nhấc anh ta ra khỏi một cái mương. Một số vực sâu thăm thẳm mà nếu rơi xuống đến đáy thì thân thể chẳng còn nguyên vẹn.

Có lẽ chí ít tôi cũng nên đợi đến khi biết chính xác rằng bạn muốn được giúp đỡ trước khi tôi giúp bạn. Carl Rogers là nhà tâm lý học nhân

văn nổi tiếng. Ông tin rằng không thể bắt đầu một mối quan hệ trị liệu nếu người kiếm tìm sự trợ giúp không muốn khá lên. Rogers tin rằng không thể thuyết phục được ai đó thay đổi để trở nên tốt hơn. Thay vì thế, mong muốn cải thiện là điều kiện tiên quyết cho sự tiến bộ. Tôi có nhiều thân chủ cần điều trị tâm lý theo lệnh của tòa án. Họ không muốn tôi giúp đỡ. Họ bị buộc phải tìm sự giúp đỡ. Nhưng chẳng hề hiệu quả, đó chỉ là một trò hề.

Nếu tôi đang hình thành một mối quan hệ không lành mạnh với bạn, có lẽ là vì tôi quá thiếu ý chí và không đủ quyết đoán để rời bỏ. Nhưng tôi lại chẳng muốn nhận ra điều này. Vì thế, tôi tiếp tục giúp đỡ bạn và tự an ủi bản thân trong sự giày vò vô nghĩa. Tôi có thể kết luận về bản thân mình rằng: "Nếu có ai đó sẵn sàng hy sinh bản thân và giúp đỡ người khác, thì ắt hẳn họ phải là người tốt." Nhưng rất tiếc không phải như thế. Đó có thể chỉ là một người đang cố tỏ vẻ tốt đẹp, giả vờ giải quyết một vấn đề tưởng như khó khăn, chứ không phải thực sự tốt bụng và giải quyết một rắc rối thực sự.

Có lẽ thay vì tiếp tục tình bạn của chúng tôi, tôi nên bỏ đi đâu đó, hành động và dẫn dắt họ bằng cách làm gương.

Và không có trường hợp nào kể trên là lời bào chữa cho việc bỏ rơi những người thực sự cần giúp đỡ, hòng theo đuổi tham vọng hẹp hòi và mù quáng của bạn.

SỰ DÀN XẾP CÓ QUA CÓ LẠI

Sau đây là điều cần xem xét: Nếu bạn có một người bạn mà bạn không muốn giới thiệu người đó với chị gái, bố hoặc con trai của mình, thì tại sao bạn lại kết giao với người đó? Bạn có thể nói: Là vì trung nghĩa. Chà,

trung nghĩa không đồng nghĩa với ngu dốt. Lòng trung nghĩa phải được thỏa thuận, công bằng và trung thực. Tình bạn là một sự dàn xếp có qua có lại. Bạn không có nghĩa vụ giúp đỡ một ai đó đang biến thế giới thành nơi tồi tệ hơn. Ngược lại, bạn nên chọn những người có mong muốn tốt lên chứ không phải xấu đi. Hãy chọn cho mình những người bạn tốt - đây là tính tốt chứ không phải lòng ích kỷ. Thật thỏa đáng và đáng khen khi giao thiệp với những người mà cuộc sống của họ được cải thiện khi họ thấy cuộc sống của bạn tốt hẳn lên.

Nếu xung quanh bạn là những người ủng hộ mục tiêu vươn lên của bạn, họ sẽ không dung thứ cho tính cách hoài nghi yếm thế và phá hoại từ bạn. Thay vì thế, họ sẽ động viên bạn làm điều tốt cho bản thân, cho người khác và trừng phạt bạn thích đáng mỗi khi bạn làm điều sai trái. Điều này cũng sẽ củng cố quyết tâm thực hiện những gì nên làm của bạn, theo cách thỏa đáng và thận trọng nhất. Những người không nhắm đến mục tiêu vươn lên sẽ làm điều ngược lại. Họ sẽ đem đến cho người từng hút thuốc một điếu thuốc, cho người từng nghiện chất có cồn một cốc bia. Họ trở nên ghen ghét khi thấy bạn thành công hay làm điều gì đó không hề sai sót. Họ sẽ bớt hiện diện hoặc rút lại lòng hỗ trợ hay là chủ động trừng phạt bạn vì điều đó. Họ sẽ gạt thành tích hiện tại của bạn sang một bên và thay thế bằng hành động trong quá khứ của chính họ, dù có thực hay do họ tưởng tượng ra. Có lẽ họ đang cố gắng thử thách bạn, để xem bạn có thật lòng không. Nhưng chủ yếu, họ đang dìm bạn xuống vì những bước cải thiện mới của bạn đã đẩy những sai phạm của họ vào vùng sáng nhập nhoạng hơn.

Chính vì lẽ này mà mỗi tấm gương tốt là một thách thức của định mệnh và mỗi người hùng là một vị quan tòa. Bức tượng David hoàn hảo

bằng cẩm thạch của Michelangelo đã truyền tải thông điệp đến người chiêm ngưỡng: "Bạn có thể tốt hơn bản thân mình hiện nay." Khi dám khao khát vươn lên, nghĩa là bạn nhận thấy hiện tại vẫn còn thiếu sót và tương lai còn nhiều hứa hẹn. Sau đó, bạn quấy rầy người khác từ tận sâu trong tâm trí họ, khiến họ hiểu rằng sự hoài nghi yếm thế và thói ù lì của họ là không thể biện minh. Bạn dùng "Abel" của mình để đấu với "Cain" của họ. Bạn nhắc họ nhớ rằng họ ngừng quan tâm không phải do những nỗi kinh hoàng của cuộc sống - điều không thể phủ nhận - mà vì họ không muốn gánh vác thế giới trên vai, ở nơi nó vốn thuộc về.

Đừng nghĩ rằng bạn dễ dàng tập hợp quanh mình những người lành mạnh, tốt đẹp hơn là những người xấu xa. Không phải thế đâu. Một người tốt lành và lành mạnh là hình mẫu lý tưởng. Bạn được yêu cầu phải có sức mạnh và lòng can đảm để đứng kề bên một người như thế. Bạn phải có chút khiêm nhường. Bạn phải có chút dũng khí. Hãy vận dụng khả năng phán đoán của mình và tự bảo vệ mình khỏi lòng trắc ẩn và thương xót quá cả tin.

Hãy kết bạn với những ai mong muốn điều tốt đẹp nhất cho bạn.

QUY LUẬT 4

SO SÁNH BẢN THÂN VỚI CHÍNH BẠN NGÀY HÔM QUA, CHỨ KHÔNG PHẢI NGƯỜI NÀO KHÁC HÔM NAY

SỰ CHỈ TRÍCH NỘI TÂM

MỌI NGƯỜI SẼ DỄ DÀNG tài giỏi ở một lĩnh vực nào đó hơn khi chúng ta sống trong những cộng đồng nhỏ ở thôn quê. Người này có thể trở thành một nữ hoàng vinh quy. Người kia có thể là nhà vô địch môn đánh vần, thạo tính toán, hoặc một ngôi sao bóng rổ. Ở đó chỉ có khoảng một hoặc hai thợ máy và lác đác vài giáo viên. Trong từng lĩnh vực của mình, những người hùng địa phương này có cơ hội tận hưởng lòng tự tin chiến thắng được hun đúc bởi serotonin[28]. Đây có thể là lý do những người sinh ra ở các vùng quê nhỏ thường đại diện cho tầng lớp kiệt xuất (về mặt thống kê). Nếu bạn là thiên tài triệu người có một, nhưng lại sinh ra ở thành phố New York hiện đại, thì sẽ có đến 20 người như bạn; và hiện nay phần lớn chúng ta sống tại các thành phố. Hơn nữa, chúng ta còn kết nối trong môi trường số với toàn bộ 7 tỉ người. Các hệ thống phân cấp thành tựu của chúng ta giờ đã chất cao đến chóng mặt.

Bất kể bạn tài giỏi đến đâu trong một lĩnh vực, bất kể thứ bậc về thành tựu của bạn thế nào, sẽ luôn có ai đó khiến bạn cảm thấy mình kém cỏi. Bạn là một tay ghi-ta cừ khôi, nhưng lại không phải Jimmy Page[29] hay

Jack White[30]. Bạn chắc chắn còn chẳng được chơi nhạc rock trong quán rượu nhỏ trong vùng. Bạn nấu ăn ngon, nhưng ngoài kia lại có rất nhiều đầu bếp xuất chúng. Dù công thức món cơm đầu cá của mẹ bạn tại ngôi làng quê nhà được ca ngợi thế nào, thì nó cũng không sánh được với món rượu Scotch sủi bọt hương bưởi hay kem vị thuốc lá. Một ông trùm mafia giàu có sẽ sở hữu chiếc du thuyền xa xỉ hơn bạn. Một số vị CEO bị ám ảnh bởi vẻ ngoài sẽ sở hữu chiếc đồng hồ lên dây cót tinh xảo hơn của bạn, được đựng trong chiếc hộp với kết cấu thép-gỗ cứng chuyên dùng cho đồng hồ tự lên dây và bản thân chiếc hộp cũng giá trị không kém. Thậm chí cả cô diễn viên Hollywood rạng ngời cũng biến thành bà Hoàng hậu Độc ác, mãi hoang tưởng về một nàng Bạch Tuyết mới. Còn bạn thì sao? Sự nghiệp của bạn chán ngắt và vô nghĩa, kỹ năng làm việc nhà chỉ làng nhàng, khẩu vị thì tệ kinh khủng, còn thân hình thì "phì nhiêu" hơn bạn bè đồng trang lứa; và chẳng ai thèm đoái hoài đến những buổi tiệc của bạn. Ai thèm quan tâm bạn có phải thủ tướng Canada hay không, khi một người khác đã thành tổng thống Mỹ?

Bên trong chúng ta có một giọng nói và linh hồn chuyên phán xét nội tâm. Nó biết rõ toàn bộ sự thật này và có khuynh hướng thể hiện điều đó một cách ồn ào. Nó lên án những nỗ lực nhỏ bé của ta và chúng ta rất khó lờ nó đi. Tệ hơn là những lời chỉ trích của nó lại phần nào cần thiết. Nhờ nó mà những nghệ sĩ mờ nhạt sẽ không có chỗ đứng, cũng như không có cửa cho các nhạc công lạc điệu, các đầu bếp chuyên nấu ra "độc dược", những nhà quản lý bậc trung hay gây rối theo kiểu quan liêu và chủ nghĩa cá nhân, người viết tiểu thuyết thuê hay các giáo sư có hệ ý thức nhàm chán. Sự vật và con người khác nhau quan trọng ở giá trị. Âm nhạc dở tệ tra tấn người nghe khắp mọi nơi. Những tòa nhà được thiết kế ẩu sẽ rung

chuyển khi động đất. Xe hơi không đạt chuẩn sẽ gây chết người khi va chạm. Thất bại là cái giá mà ta phải trả cho chuẩn mực. Và do sự t`âm thường luôn đem lại hậu quả tàn khốc và có thực, nên chuẩn mực lại càng thêm c`ần thiết.

Chúng ta không bình đẳng cả v`ề khả năng lẫn thành quả và sẽ không bao giờ được như thế. Một số lượng người rất ít tạo ra h`ầu hết mọi thứ. Kẻ thắng không ăn cả, nhưng họ ăn g`ần hết, khiến cho đáy sâu không còn là nơi tốt đẹp. Những người dưới đáy không h`ề hạnh phúc. Họ phát bệnh tại đó và mãi không được biết đến hay được yêu thương. Họ lãng phí cuộc đời tại đó. Họ chết tại đó. Hậu quả là tiếng nói nội tâm tự xem thường bản thân trong tâm trí sẽ thêu dệt nên những câu chuyện gây hại. Cuộc sống là cuộc chơi có tổng bằng không. Và sự vô nghĩa là đi`ều kiện mặc định. Đi`ều gì ngoài sự mù quáng có chủ ý sẽ che chở mọi người khỏi sự chỉ trích đ`ầy khinh miệt? Đó là lý do mà tất thảy các nhà tâm lý học xã hội của thế hệ này đ`ều cho rằng "ảo tưởng tích cực" là liệu trình đáng tin cậy để giữ tâm trí khỏe mạnh. Tôn chỉ của họ đây sao? Hãy để lời nói dối trở thành chiếc dù che chắn cho bạn. Quả là một giả thuyết bu`ồn thảm, khốn khổ, bi quan đến khó tưởng: Mọi chuyện sẽ t`ồi tệ đến mức chỉ có ảo tưởng mới có thể cứu giúp bạn.

Dưới đây là phương thức thay thế khác (mà không đòi hỏi một ảo tưởng nào). Nếu các quân bài được chia luôn chống lại bạn, thì có lẽ trò mà bạn đang chơi đã được sắp sẵn mánh khóe lừa gạt bằng cách nào đó (cũng có thể là do chính bạn mà bản thân không h`ề hay biết). Nếu tiếng nói nội tâm khiến bạn nghi ngờ giá trị những nỗ lực của bản thân - hay giá trị cuộc đời hoặc chính cuộc đời - thì có lẽ bạn đừng nên nghe theo nó nữa. Tiếng nói chỉ trích ấy cũng thốt ra những đi`ều phũ phàng v`ề tất cả mọi

người, bất kể họ thành công và đáng tin cậy đến đâu? Có thể những nhận xét ấy chỉ là lời nói nhảm chứ chẳng hề thông thái. *Luôn có người giỏi hơn bạn* - đó là một sáo ngữ của thuyết hư vô, cũng giống như câu: *Một triệu năm sau, nào ai biết được sự khác biệt?* Câu trả lời đúng cho câu nói này không phải là: *Ôi chao, nếu thế thì mọi thứ đều vô nghĩa*, mà là: *Bất kỳ kẻ ngốc nào cũng có thể chọn một khung thời gian mà tại đó chẳng có điều gì quan trọng cả*. Tự nhủ bản thân mình là vô nghĩa chẳng phải là lời bình phẩm thâm thúy của Hữu thể, mà chỉ là mánh lới rẻ tiền của tư duy lý tính mà thôi.

NHIỀU TRÒ HAY

Những chuẩn mực cho sự tốt hơn hay tệ hơn không phải là ảo tưởng, cũng chẳng phải là không cần thiết. Nếu bạn chưa xác định được việc bạn đang làm có tốt đẹp hơn những lựa chọn khác hay không, thì bạn sẽ không làm việc đó. Ý tưởng về một "lựa chọn vô giá trị" vốn đã mâu thuẫn về mặt ngữ nghĩa. Phán đoán theo giá trị là điều kiện tiên quyết cho hành động. Hơn nữa, mỗi hành động, một khi được chọn, sẽ đi kèm với những chuẩn mực thành tích theo bản chất của chính nó. Nếu một việc có thể được hoàn thành trọn vẹn, thì kết quả chỉ có thể tốt hơn hoặc tệ hơn. Vì vậy, làm bất cứ điều gì tức là tham gia vào cuộc chơi mà cái kết đã được xác định và định sẵn giá trị, thế nên ta luôn có thể chạm đến cái kết không ít thì nhiều tính hiệu quả lẫn tính tinh tế. Mọi cuộc chơi đều đi cùng với cơ hội thắng và thua. Những khác biệt về chất lượng hiển hiện khắp mọi nơi. Hơn nữa, nếu không tốt lên hoặc tệ đi, thì chẳng có gì đáng làm cả. Sẽ chẳng có giá trị gì và do đó cũng chẳng có ý nghĩa gì. Tại sao phải bỏ công phí sức nếu chẳng cải thiện được gì? Bản thân cụm từ "ý nghĩa" đã đòi hỏi

sự khác biệt giữa tốt lên và tệ đi. Thế thì làm sao để tắt hẳn tiếng nói chỉ trích của sự tự ý thức? Đâu là thiếu sót trong logic tưởng như không tì vết của thông điệp này?

Chúng ta có thể bắt đầu bằng cách xem xét hai từ có sự phân biệt trắng đen rõ ràng: "Thành công" hoặc "thất bại". Bạn có thể hoặc thành công - một điều tốt đẹp toàn diện và đơn nhất - hoặc trái lại là thất bại - một điều xấu toàn diện, đơn nhất và không thể cứu vãn. Cả hai từ đều không ám chỉ sự thay thế nào khác hay nền tảng trung gian nào. Tuy nhiên, trong một thế giới phức tạp như thế giới của chúng ta, những từ khái quát hóa ấy (thực ra là do không phân biệt được) chính là dấu hiệu của sự phân tích ngây thơ, thiếu chiều sâu và thậm chí có ác ý. Có những chừng mực và sự thay đổi dần trạng thái mang tính sống còn của giá trị bị xóa nhòa bởi hệ thống nhị nguyên này, rồi hậu quả không tốt chút nào.

Đầu tiên, không chỉ có duy nhất một trò chơi để phân định thắng thua. Có rất nhiều trò chơi và cụ thể hơn là rất nhiều trò hay - những trò chơi xứng tầm với tài năng của bạn, giúp bạn chơi hiệu quả với người khác, đồng thời giúp bạn duy trì và cải thiện tài năng theo thời gian. Nghề luật sư là một trò chơi hay. Thợ sửa ống nước, bác sĩ, thợ mộc hay giáo viên trong trường cũng thế. Thế giới cho phép Hữu thể diễn ra theo nhiều cách. Nếu bạn không thành công ở cách này, bạn có thể thử cách khác. Bạn có thể chọn ra thứ gì đó phù hợp hơn với tổ hợp các thế mạnh, điểm yếu và hoàn cảnh có một không hai của mình. Không những thế, nếu việc thay đổi trò chơi không hữu hiệu, bạn có thể sáng chế ra một trò khác. Gần đây, tôi có xem một nghệ sĩ kịch câm trên chương trình tìm kiếm tài năng, anh ta dán miệng kín bưng và làm nhiều trò kỳ cục với cặp găng nướng lò. Quả là không thể ngờ. Quả là độc đáo. Và dường như trò này rất hợp với anh ta.

Và cũng hiếm khi bạn chỉ đang chơi một trò chơi duy nhất. Bạn có cả sự nghiệp, bạn bè, người thân và những dự án cá nhân, cũng như những nỗ lực trong nghệ thuật và mục tiêu để theo đuổi trong thể thao. Bạn có thể nghĩ đến chuyện đánh giá sự thành công trong tất cả - các trò bạn chơi. Hãy hình dung bạn chơi rất giỏi ở một số trò, tàm tạm ở một số khác và rất tệ ở số còn lại. Có lẽ mọi thứ nên như vậy. Bạn cũng có thể phản bác rằng: Đáng ra tôi phải thắng tất! Nhưng chiến thắng tất cả chỉ có nghĩa duy nhất là bạn chẳng làm điều gì mới hay khó khăn. Bạn có thể sẽ chiến thắng, nhưng lại không trưởng thành, trong khi trưởng thành mới là hình thái chiến thắng quan trọng nhất. Liệu rằng thắng lợi ở hiện tại có nên được ưu tiên trước lộ trình phát triển theo thời gian không?

Cuối cùng, bạn sẽ nhận ra những nét đặc trưng trong rất nhiều trò bạn đang chơi đều là duy nhất đối với bạn, dành riêng cho cá nhân bạn, và đơn giản là không phù hợp để đem so sánh với người khác. Có lẽ bạn đang đánh giá quá cao cho những gì mình không có và quá thấp cho những gì mình làm. Lòng biết ơn đem lại những điều thật sự hữu ích. Đó cũng là sự bảo vệ hiệu quả trước những mối nguy hiểm từ tâm lý bị hại và nỗi oán trách. Đồng nghiệp của bạn vượt trội hơn bạn trong công việc. Tuy nhiên, vợ anh ta lại vướng vào chuyện ngoại tình, trong khi cuộc hôn nhân của bạn lại bền vững và hạnh phúc. Vậy ai có cuộc sống tốt đẹp hơn đây? "Ngôi sao" bạn luôn ngưỡng mộ là một tài xế nghiện rượu kinh niên và cố chấp. Vậy cuộc đời của anh ta liệu có đáng sống hơn của bạn chăng?

Khi lời chỉ trích nội tâm hạ thấp bạn bằng những cách so sánh như thế, thì sau đây là cách chúng vận hành: Đầu tiên, nó chọn tùy ý chỉ một tiêu chí để so sánh (có thể là độ nổi tiếng hoặc quyền lực). Sau đó nó xem tiêu chí đó như thể là lĩnh vực duy nhất đáng bàn đến. Rồi nó so sánh tương

phản theo hướng bất lợi cho bạn với ai đó thực sự ưu tú ở lĩnh vực ấy. Thậm chí bước cuối còn dữ dội hơn, nó sử dụng khoảng cách không thể vượt qua giữa bạn và mục tiêu so sánh như bằng chứng cho mọi sự bất công cơ bản trong cuộc sống. Bằng cách ấy, động lực để làm bất cứ điều gì của bạn có thể bị hủy hoại một cách triệt để nhất. Ta không thể buộc tội những ai hiển nhiên chấp nhận lối tự đánh giá ấy rằng họ đang khiến cho mọi thứ trở nên quá dễ dàng với mình. Mà việc họ khiến cho mọi thứ trở nên quá khó khăn mới là vấn đề lớn.

Khi còn bé, chúng ta vừa chưa có cá tính, vừa thiếu hiểu biết. Chúng ta chưa có thời gian tích lũy thêm sự hiểu biết để phát triển những chuẩn mực cho riêng mình. Hậu quả là ta buộc phải so sánh bản thân với người khác vì những chuẩn mực ấy là điều cần thiết. Không có chúng, ta không biết đi đâu và làm gì. Trái lại, khi trưởng thành hơn, ta ngày càng xây dựng được cá tính và sự độc nhất. Các điều kiện sống của chúng ta ngày càng gắn với cá nhân ta và bớt đi sự so sánh với của người khác. Nói một cách hình tượng, nghĩa là ta cần thoát khỏi gia phong do cha ta đặt ra và đối mặt với hỗn loạn từ Hữu thể của riêng ta. Ta cần chú ý đến sự xáo trộn của riêng mình mà không hoàn toàn bỏ mặc "người cha" trong quá trình ấy. Sau đó, ta cần tái khám phá những giá trị văn hóa của mình - bị che giấu bởi chính sự vô minh, ẩn trong kho tàng phủ đầy bụi của quá khứ - giải cứu chúng rồi hợp nhất chúng vào cuộc sống của ta. Đây chính là điều mang lại ý nghĩa trọn vẹn và cần thiết cho sự tồn tại.

Bạn là ai? Bạn nghĩ rằng bạn biết, nhưng có thể bạn không hề biết điều đó. Chẳng hạn, bạn không phải chủ nhân, cũng chẳng phải là nô lệ của chính mình. Bạn không thể dễ dàng sai bảo bản thân phải làm gì và buộc bản thân phải vâng lời (không dễ hơn việc bạn sai bảo và ép buộc

vợ/chồng, con trai hay con gái của mình phải làm gì đâu). Bạn có hứng thú với điều này chứ không phải điều kia. Bạn có thể định hình sở thích đó, nhưng vẫn có giới hạn. Một số hoạt động sẽ luôn gắn kết với bạn, nhưng số khác đơn giản là không.

Bạn có một bản chất riêng. Bạn có thể chọn bản chất bạo tàn, nhưng chắc chắn người ta sẽ nổi loạn chống lại bạn. Liệu bạn có thể cố ép mình làm việc và duy trì khao khát làm việc đến đâu? Bạn có thể hy sinh bao nhiêu cho người bạn đời trước khi lòng rộng lượng chuyển thành nỗi oán giận? Bạn thực sự mong muốn điều gì? Bạn chân thành yêu quý điều gì? Trước khi thiết lập những chuẩn mực giá trị cho bản thân, bạn phải xem bản thân như một người xa lạ - và phải tập hiểu bản thân mình. Điều gì đối với bạn là quý giá và thỏa lòng? Bạn cần bao nhiêu sự rảnh rỗi, hưởng thụ và phần thưởng để cảm thấy mình có ý nghĩa hơn là một gánh nặng? Bạn phải đối xử với bản thân như thế nào để không xóa hết dấu tích và phá hủy những gì mình đã gầy dựng? Bạn có thể ép bản thân trải qua những công việc nặng nhọc thường ngày rồi trút giận vào chú chó khi trở về nhà. Bạn có thể ngồi nhìn những tháng ngày quý giá trôi qua. Hoặc bạn có thể học cách kéo bản thân vào những hoạt động bền vững và hiệu quả. Bạn có bao giờ tự hỏi mình muốn gì không? Bạn có thương lượng với bản thân sao cho công bằng không? Hay bạn là một tên bạo chúa, còn bản thân bạn cũng là nô lệ?

Từ lúc nào bạn không còn quý mến cha mẹ, bạn đời, con cái và tại sao lại như thế? Bạn có thể làm gì về việc này? Bạn cần và muốn gì từ bạn bè và đồng sự kinh doanh của mình? Đây không đơn giản là vấn đề bạn *nên* muốn gì. Tôi không nói về những điều người khác yêu cầu từ bạn hay nghĩa vụ của bạn với họ. Tôi đang nói về việc xác định bản chất của bổn

phận đạo đức đối với chính bạn. *Nên* ở đây có thể là dấn thân, vì bạn được bao bọc trong một mạng lưới các bổn phận xã hội. *Nên* cũng là trách nhiệm của bạn và bạn nên tập sống theo nó. Nhưng không có nghĩa là bạn phải sắm vai một chú chó kiểng, phục tùng và vô hại. Đó là kiểu nô lệ mà một tên độc tài muốn có.

Thay vào đó, hãy dấn thân vào nguy hiểm. Hãy dám sống trung thực. Hãy dám khẳng định bản thân và thể hiện (hoặc chí ít là dần ý thức về) những điều thực sự điều chỉnh cuộc đời bạn. Ví dụ, nếu bạn cho phép những khao khát đen tối và thầm kín đối với bạn đời của bạn được thoải mái bộc lộ - nếu bạn có ý cân nhắc điều đó - bạn có thể phát hiện chúng không quá đen tối khi được phơi bày ra ánh sáng. Thay vào đó, bạn có thể phát hiện ra mình chỉ đang sợ hãi và giả vờ có đạo đức. Bạn có thể nhận ra rằng việc chấp nhận những điều mình thực sự khao khát sẽ ngăn bạn khỏi bị cám dỗ và lạc lối. Bạn có chắc người bạn đời của mình sẽ không vui nếu họ nhìn thấy nhiều khía cạnh khác của bạn hơn ở ngoài mặt? Những mỹ nhân khuynh thành và nhân vật phản anh hùng luôn hấp dẫn về mặt tính dục là có lý do…

Bạn cần người khác nói chuyện với mình thế nào? Bạn cần nhận được gì từ người khác? Bạn kiên nhẫn chịu đựng, hoặc giả vờ thích thú bổn phận và nghĩa vụ là vì điều gì? Hãy tham vấn sự oán giận bên trong mình. Đây là cảm xúc mang nghĩa phơi bày với mọi biểu hiện bệnh lý của nó. Nó là một phần của bộ ba xấu xa: kiêu căng, lừa dối và oán giận. Không gì gây tổn hại nhiều hơn Bộ ba tội ác này. Nhưng sự oán giận thường mang một trong hai nghĩa sau. Hoặc kẻ oán giận chưa đủ trưởng thành; trong trường hợp này, gã nên im lặng, ngừng than thở và cố gắng vượt qua nó. Hoặc có một sự bạo ngược đang chuyển mình; trong trường hợp này,

người bị áp bức có nghĩa vụ phải lên tiếng. Vì sao? Vì hậu quả của việc giữ im lặng còn tồi tệ hơn. Tất nhiên, sẽ dễ dàng hơn nếu ta giữ im lặng và tránh xung đột ngay lúc này. Nhưng về lâu dài, đây là sai lầm chết người. Khi bạn có điều gì đó cần phải nói, thì im lặng chính là một lời nói dối và sự bạo ngược lại sống bằng những lời nói dối. Khi nào bạn nên chống lại áp bức bất chấp nguy hiểm? Đó là khi bạn bắt đầu âm thầm nuôi dưỡng những ảo tưởng trả thù; khi cuộc sống của bạn đang bị đầu độc và trí tưởng tượng của bạn chứa đầy những ao ước tàn phá và hủy hoại.

Vài chục năm trước, tôi có một khách hàng mắc chứng rối loạn ám ảnh cưỡng chế (OCD) nghiêm trọng. Ông ta phải sắp quần áo ngủ thẳng hàng thì mới ngủ được mỗi đêm. Rồi ông phải làm phồng gối ngủ, sau đó chỉnh lại ra giường. Ông ấy cứ lặp đi lặp lại việc ấy từ ngày này qua ngày khác. Tôi nói: "Có lẽ có một phần trong ông, cái phần cố chấp đến điên cuồng, luôn mong muốn điều gì đó dù điều này có thể không rõ ràng. Hãy cứ để chúng tuôn ra đi. Chúng có thể là gì nào?" Ông trả lời: "Đó là sự kiểm soát." Tôi tiếp lời: "Hãy nhắm mắt lại và để nó nói với ông xem nó muốn gì. Đừng để nỗi sợ ngăn ông lại. Ông không cần phải làm một điều gì đó chỉ vì ông đang nghĩ đến nó." Ông đáp lại rằng: "Nó muốn tôi tóm lấy cổ áo gã cha dượng, tống gã vào cửa và quăng quật gã ta như một con chuột cống." Có lẽ đây là lúc để quăng quật ai đó như một con chuột cống thật, mặc dù tôi đã gợi ý cho ông ấy vài điều ít bản năng hơn đôi chút. Nhưng chỉ có Thượng Đế mới biết được ta phải xông pha một cách thẳng thắn, tự nguyện trong những cuộc chiến nào trên con đường tiến đến hòa bình. Bạn cần phải làm gì để tránh mâu thuẫn, dù mâu thuẫn ấy có thể cần thiết? Bạn có khuynh hướng nói dối về điều gì, nếu giả sử sự thật rất khó chấp nhận? Bạn sẽ giả tạo điều gì?

Trẻ sơ sinh phải phụ thuộc vào cha mẹ để họ chăm lo cho hầu hết mọi nhu cầu. Đứa trẻ - một đứa trẻ thành công - có thể rời xa cha mẹ, ít nhất là tạm thời, để kết bạn. Bé từ bỏ một phần nhỏ của bản thân để làm điều đó, nhưng nhận lại nhiều hơn gấp bội. Một thanh thiếu niên thành công cũng cần một quá trình tương tự để đi đến kết quả hợp logic. Cậu ta cần phải rời xa cha mẹ và trở nên giống với mọi người khác. Cậu ta phải hòa nhập với cộng đồng để vượt qua sự phụ thuộc thời thơ ấu. Một khi đã hòa nhập, thì một người lớn thành công cần phải học cách khác biệt với những người khác ở mức phù hợp.

Hãy cẩn thận khi so sánh bản thân bạn với người khác. Một khi trưởng thành, bạn sẽ là một cá thể độc nhất. Bạn có những vấn đề cá nhân và cụ thể của riêng mình - như tài chính, quan hệ thân tình, tâm lý và nhiều thứ khác nữa. Những điều này in dấu trong bối cảnh tồn tại rộng lớn và duy nhất ở của bạn. Sự nghiệp hoặc nghề nghiệp hợp với bạn (hoặc không hợp) theo một cách riêng và theo lối ảnh hưởng lẫn nhau độc đáo với những chi tiết khác trong đời bạn. Bạn phải quyết định dành ra bao nhiêu thời gian cho vấn đề này và như thế nào. Bạn phải quyết định nên buông bỏ và theo đuổi điều gì.

ĐIỂM NHÌN TRONG MẮT (HAY ĐÁNH GIÁ TOÀN DIỆN)

Đôi mắt của chúng ta luôn hướng đến những thứ mình muốn tiếp cận, hoặc muốn điều nghiên, tìm hiểu hay sở hữu. Chúng ta phải nhìn, nhưng để nhìn được thì ta phải nhắm chừng, nên chúng ta luôn nhắm đến thứ gì đó. Bộ não ta được xây dựng trên các nền tảng săn bắt-hái lượm của cơ thể. Săn bắt tức là chọn một mục tiêu cụ thể, theo dõi rồi phóng lao vào nó. Hái lượm nghĩa là chọn mục tiêu và vặt lấy. Chúng ta ném đá, ném thương

và boomerang. Chúng ta ném bóng vào rổ, đánh bóng khúc côn cầu vào lưới và đánh bi đá granite vào hồng tâm trên mặt băng. Chúng ta phóng vào mục tiêu bằng cung tên, súng lục, súng trường và tên lửa. Chúng ta la hét, triển khai kế hoạch và đấu giá ý tưởng. Chúng ta thành công khi ghi bàn vào lưới hoặc chinh phục mục tiêu. Chúng ta thất bại hoặc gây nên tội khi không làm được điều ấy (*tội lỗi* đồng nghĩa với trượt mục tiêu). Chúng ta không thể định hướng nếu thiếu mục tiêu để nhắm đến. Mà để tồn tại trên thế giới này, ta luôn phải định hướng.

Chúng ta luôn luôn và đồng thời vừa đứng tại điểm "a" (một nơi kém hấp dẫn hơn), vừa *tiến về phía* điểm "b" (nơi ta cho là tốt hơn, dựa trên những giá trị rõ ràng và ngầm ẩn của ta). Chúng ta luôn đối mặt với thế giới trong tình trạng thiếu thốn và tìm kiếm sự hiệu chỉnh đúng đắn. Chúng ta có thể hình dung về những cách sắp đặt mới, trong đó mọi thứ được bố trí hợp lý hơn, cải thiện hơn, dù ta đã có tất cả những gì mà ta từng nghĩ rằng mình cần. Dù đang tạm thời thỏa mãn, chúng ta vẫn tò mò. Chúng ta sống trong một khuôn khổ định nghĩa rằng hiện tại mãi không đầy đủ và tương lai cứ mãi tốt đẹp hơn. Nếu ta nhìn mọi việc theo chiều hướng ấy, chúng ta sẽ chẳng làm gì cả. Chúng ta thậm chí không thể thấy, vì để thấy thì chúng ta phải tập trung. Và để tập trung thì ta phải chọn lấy một điểm quan trọng trên mọi thứ khác.

Nhưng chúng ta có thể nhìn. Thậm chí ta có thể nhìn thấy những điều không hiện hữu trước mắt. Chúng ta có thể hình dung mọi thứ tốt đẹp hơn theo một cách khác. Chúng ta có thể xây dựng những thế giới mới, dù là giả định, nơi những vấn đề mà ta thậm chí chưa từng ý thức giờ đây tự lộ rõ và được giải quyết. Những điểm lợi của việc này rất rõ ràng: Chúng ta có thể thay đổi thế giới, để thực trạng quá thể chịu đựng ở hiện tại có thể

được sửa chữa trong tương lai. Bất lợi của toàn bộ sự sáng tạo và thấu thị này chính là cảm giác lo lắng và khó chịu triền miên. Bởi ta luôn đối chiếu giữa "cái hiện tại" với "cái có thể", và ta phải nhắm đến "cái có thể". Tuy nhiên, chúng ta lại đặt mục tiêu quá cao. Hoặc quá thấp. Hoặc quá hỗn loạn. Nên chúng ta thất bại và sống trong thất vọng, dù trong mắt mọi người ta lại đang sống tốt. Làm sao ta có thể hưởng lợi từ trí tưởng tượng, khả năng cải thiện tương lai của mình mà không tiếp tục xem nhẹ cuộc sống chưa đủ thành công và kém giá trị trong hiện tại?

Bước đầu tiên có lẽ là đánh giá toàn diện. Bạn là ai? Khi bạn mua một ngôi nhà và chuẩn bị đến sống ở đó, bạn sẽ thuê một chuyên gia giám định để liệt kê mọi sai sót - những sai sót trong thực tế chứ không phải do bạn muốn có. Bạn thậm chí phải trả tiền cho người này để nghe tin xấu. Bạn cần được biết. Bạn cần khám phá những khiếm khuyết tiềm ẩn trong ngôi nhà. Bạn cần biết liệu có còn những chỗ chưa hoàn thiện cần được cải tiến hay thiếu sót nào trong cấu trúc hay không. Bạn cần biết những điều đó, vì bạn sẽ không thể sửa chữa được nếu không hề biết rằng nó bị hỏng - và bạn sẽ tiêu tùng. Bạn cần một nhà giám định. Sự chỉ trích nội tâm có thể đảm nhận vai trò đó, nếu bạn dẫn nó đi đúng hướng; cũng như nếu bạn cùng hợp tác với nó. Nó có thể giúp bạn đánh giá toàn diện. Nhưng bạn phải bước qua "ngôi nhà tâm lý" cùng với nó và lắng nghe nó nói một cách sáng suốt. Có thể bạn đang sống trong giấc mơ đích thực của người thợ xây: Một ngôi nhà cần được sửa chữa. Làm thế nào để bắt đầu tân trang mà không bị mất tinh thần, thậm chí suy sụp bởi "bản cáo trạng" dài thượt từ sự chỉ trích nội tâm và đầy đau xót về các thiếu sót của mình?

Đây là gợi ý: Tương lai cũng giống quá khứ. Nhưng có một điểm khác biệt tối quan trọng giữa hai mặt. Quá khứ là bất di bất dịch, nhưng tương

lai sẽ có thể trở nên tốt đẹp hơn. Nó có thể tốt lên ở một mức độ xác định - mức độ mà ta có thể đạt được, có thể là trong một ngày, với sự cam kết rất nhỏ nào đó. Hiện tại thì mãi mãi thiếu sót. Nhưng bạn bắt đầu từ đâu không quan trọng bằng bạn đang đi theo hướng nào. *Có lẽ hạnh phúc luôn luôn được tìm thấy ở hành trình lên đèo vượt dốc, chứ không phải ở cảm giác thỏa mãn thoáng qua chờ đợi trên đỉnh núi tiếp theo*. Phần lớn hạnh phúc đến từ hy vọng, bất kể hy vọng đó được hình thành từ nơi sâu thẳm đến thế nào.

Nếu được hiệu triệu đúng cách, sự chỉ trích nội tâm sẽ gợi ý cho bạn thứ cần được lập lại trật tự, thứ bạn có *thể* lập lại trật tự và thứ mà bạn *sẽ* làm thế - một cách tự nguyện, không oán giận mà thậm chí còn vui vẻ. Hãy tự hỏi: Có điều gì hoặc tình huống nào tồn tại vô trật tự trong cuộc sống hoặc hoàn cảnh của bạn mà bạn có thể, và sẽ, chỉnh đốn lại? Bạn có thể, và sẽ sửa chữa thứ đang khẽ mách với bạn rằng nó cần được sửa chữa? Bạn có thể làm ngay bây giờ không? Hãy hình dung bản thân là người bạn cần đàm phán. Hãy hình dung xa hơn nữa rằng bạn là kẻ lười nhác, hay tự ái, hay oán giận và khó kết giao. Với thái độ ấy, bạn sẽ không dễ gì bước tiếp. Bạn có thể phải vận dụng chút duyên dáng và tính khôi hài. "Xin lỗi", bạn có thể tự nhủ bằng giọng điệu không chút châm biếm mỉa mai. "Tôi đang cố gắng giảm bớt vài phần đau khổ không cần thiết. Tôi cần chút trợ giúp." Hãy cố không tỏ ra nhạo báng: "Tôi đang tự hỏi có điều gì khiến bạn sẵn lòng ra tay giúp đỡ không? Tôi sẽ rất biết ơn nghĩa cử của bạn." Hãy nhờ vả một cách chân thành và khiêm tốn. Và đó không phải chuyện đơn giản.

Bạn có thể sẽ phải đàm phán xa hơn, phụ thuộc vào trạng thái tâm thức của mình. Có thể bạn không tin tưởng chính mình. Bạn nghĩ mình sẽ hỏi

xin bản thân một điều, để rồi sau khi nhận được điều đó, bạn lại lập tức đòi hỏi thêm. Cũng có lúc bạn sẽ hằn học và tổn thương vì điều đó. Và bạn sẽ hạ thấp những gì mình đã được nhận. Ai lại muốn bắt tay với một kẻ bạo ngược như thế? Không phải bạn. Đó là nguyên nhân bạn không làm những gì bạn muốn bản thân mình làm. Bạn là một nhân viên tệ hại, nhưng làm sếp còn tệ hơn. Có lẽ bạn cần nói với bản thân: "Được rồi. Tôi biết chúng ta không hòa hợp với nhau lắm trong quá khứ. Tôi rất tiếc vì điều đó. Và tôi đang cố gắng cải thiện. Có lẽ tôi sẽ phạm thêm nhiều sai lầm trong quá trình này, nhưng tôi sẽ cố lắng nghe bạn nếu bạn phản đối. Tôi sẽ cố học hỏi. Giờ tôi mới nhận ra, ngay hôm nay, rằng bạn đã không thật sự nắm lấy cơ hội giúp đỡ khi tôi nhờ vả. Có điều gì tôi có thể làm để đổi lấy sự hợp tác của bạn không? Nếu bạn đã rửa chén bát xong thì chúng ta có thể đi uống cà phê. Bạn thích món espresso mà. Vậy một ly espresso thì sao - hay hai ly nhé? Hay bạn có mong muốn gì khác?" Và rồi bạn có thể nghe thấy. Có thể bạn sẽ nghe thấy một giọng nói bên trong (thậm chí có thể là giọng của một đứa trẻ bị lãng quên từ lâu trong bạn). Có thể nó sẽ trả lời: "Thật ư? Bạn thật sự muốn làm điều tốt cho tôi ư? Bạn sẽ làm thật chứ? Không lừa tôi đấy chứ?"

Đây là lúc bạn phải cẩn thận.

Giọng nói nhỏ bé ấy - là tiếng nói của một người từng bị "thiêu đốt" một lần và nhút nhát gấp đôi. Do vậy, bạn có thể nói thật thận trọng: "Thật đấy. Có lẽ tôi đã không cư xử tốt và có lẽ tôi không phải một người bạn đồng hành tuyệt vời, nhưng tôi sẽ đối xử tốt với bạn. Tôi hứa." Một sự tử tế nho nhỏ khéo léo sẽ mang đến kết quả lâu dài và một phần thưởng khôn ngoan chính là động lực mạnh mẽ. Sau đó, bạn có thể bỏ ra chút công sức để làm công việc rửa chén chán ngắt. Và tiếp theo, tốt nhất bạn không nên

tiếp tục đi dọn phòng tắm mà quên luôn chuyện thưởng thức cà phê, xem phim hoặc uống bia, nếu không sẽ khó kêu gọi được các phần bị lãng quên từ các ngóc ngách và kẽ nứt u tối trong bạn hơn nữa.

Bạn có thể tự hỏi: "Tôi có thể nói gì với người khác - bạn bè, anh trai, sếp, trợ lý - để mọi chuyện giữa chúng ta suôn sẻ hơn vào ngày mai? Tôi có thể dọn dẹp mớ hỗn độn nào tại nhà, trên bàn làm việc, trong bếp ngay hôm nay, để sân khấu này được chuẩn bị tốt hơn cho cuộc chơi? Tôi nên tống khứ loài 'rắn độc' nào từ tủ quần áo - và tâm trí mình?" 500 quyết định nhỏ, 500 hành động nhỏ sẽ góp phần tạo nên một ngày của bạn hôm nay và mỗi ngày tiếp đến. Bạn có thể nhắm đến kết quả tốt đẹp hơn cho một hoặc hai hành động này không? Bạn có thể so sánh ngày hôm nay cụ thể với ngày hôm qua cụ thể của chính mình không? Bạn có thể vận dụng chính sự đoán định của mình và tự hỏi một tương lai tốt đẹp hơn sẽ như thế nào?

Hãy nhắm vào mục tiêu nhỏ. Bạn sẽ không muốn gánh vác quá nhiều khi mới bắt đầu do những biệt tài bị giới hạn, khuynh hướng lừa dối, nỗi oán giận chất chứa và khả năng trốn tránh trách nhiệm ở bạn. Vậy nên, bạn cần đặt mục tiêu như sau: Vào cuối ngày, mình muốn mọi điều trong cuộc đời mình tốt hơn đôi chút so với sáng hôm ấy. Và bạn tự hỏi: "Mình có thể làm gì để đạt được điều ấy và mình muốn nhận lại phần thưởng là những điều nhỏ bé nào?" Tiếp đến, hãy làm điều bạn đã quyết định làm dù bạn làm rất tệ. Rồi hãy tưởng thưởng cho mình ly cà phê chết tiệt ấy trong niềm hân hoan. Có lẽ bạn cảm thấy chuyện này hơi ngốc nghếch, nhưng hãy cứ làm. Rồi bạn sẽ tiếp tục làm điều tương tự vào ngày mai, ngày tiếp theo và ngày tiếp theo nữa. Qua từng ngày, vạch chuẩn so sánh của bạn sẽ ngày càng cao hơn và điều ấy thật kỳ diệu. Nó bao hàm sự hứng thú trong

đó. Hãy làm điều ấy trong ba năm và cuộc đời bạn sẽ khác hoàn toàn. Giờ bạn đang nhắm đến điều gì đó cao hơn. Giờ bạn đang nguyện ước với một vì sao. Giờ đây tia sáng đó đang biến mất khỏi tầm mắt và bạn đang học cách nhìn thấy nó. Và những điều bạn nhắm đến sẽ quyết định bạn nhìn thấy gì. Điều này đáng để bạn lặp lại. *Những điều bạn nhắm đến sẽ quyết định bạn nhìn thấy gì*.

ĐIỀU BẠN MUỐN VÀ ĐIỀU BẠN THẤY

Sự lệ thuộc của tầm nhìn vào mục tiêu (và theo đó là vào giá trị - vì bạn chỉ nhắm đến những điều bạn xem trọng) đã được nhà tâm lý học nhận thức Daniel Simons chứng minh từ hơn 15 năm trước theo cách mà không ai có thể quên được. Simons đã nghiên cứu về cái gọi là "hiện tượng mù liên tục do lơ đễnh" (sustained inattentional blindness). Ông cho các đối tượng nghiên cứu ngồi trước màn hình video và cho họ xem một cánh đồng lúa mì (ví dụ). Rồi ông âm thầm, từ từ thay đổi bức ảnh khi họ đang xem. Ông từ từ tạo một con đường cắt ngang cánh đồng. Ông không hề thêm vào một con đường mòn khó nhận thấy, mà là cả một trục đường chính, choán đến 1/3 bức ảnh. Thật đáng ngạc nhiên vì những người quan sát lại thường không nhận thấy nó.

Thí nghiệm giúp Tiến sĩ Simons trở nên nổi tiếng cũng tương tự, nhưng kịch tích hơn - thậm chí là không thể tin nổi. Đầu tiên, ông dựng một video về hai nhóm người, mỗi nhóm gồm ba người. Một nhóm mặc áo trắng và nhóm còn lại mặc áo đen. (Hai nhóm không đứng cách nhau quá xa và cũng không khó nhận thấy. Sáu người xuất hiện đầy đủ trong hầu hết cảnh video, với đặc điểm khuôn mặt được quay đủ gần để thấy rõ.) Mỗi nhóm có một quả bóng riêng dùng để tung hoặc ném cho những

thành viên cùng nhóm, khi họ di chuyển và đánh lạc hướng trong một không gian nhỏ trước thang máy, nơi trò chơi được ghi hình. Khi Dan hoàn thành video, ông cho những người tham gia nghiên cứu cùng xem. Ông bảo mỗi người đếm số lần đội áo trắng chuyền bóng qua lại cho đồng đội. Vài phút sau, các đối tượng báo lại số lần chuyền. Hầu hết đều trả lời là "15 lần". Và đó là câu trả lời chính xác. Đa số đều phấn khởi vì điều đó. À há! Họ đã vượt qua bài kiểm tra! Nhưng sau đó Tiến sĩ Simons hỏi lại hỏi tiếp: "Có ai nhìn thấy con khỉ đột không?"

Ông đùa sao? Con khỉ đột nào chứ?

Thế là ông bảo rằng: "Hãy xem lại đoạn video. Nhưng lần này đừng đếm nữa." Và dĩ nhiên, sau khoảng một phút, có một người đàn ông hóa trang thành con khỉ đột tiến đến nhảy tung tăng ngay giữa trò chơi trong vài giây, dừng lại và vỗ ngực theo đúng kiểu khỉ đột hay làm. Ngay chính giữa màn hình. To đùng. Một bằng chứng đau đớn và không thể chối cãi. Nhưng lại có đến một nửa số đối tượng tham gia đã bỏ qua trong lần xem video đầu tiên. Kết quả còn tệ hơn khi Tiến sĩ Simons tiến hành một nghiên cứu nữa. Lần này, ông cho các đối tượng xem một video quay một người đang được phục vụ ở quầy. Người phục vụ cúi mình xuống sau quầy để lấy thứ gì đó và đứng lên lại. Thế rồi sao? Hầu hết người tham gia đều không nhận thấy điểm không đúng. Đó là đã có một người khác đứng ngay chỗ người phục vụ ban đầu! Bạn sẽ nghĩ: "Không thể nào. Tôi sẽ nhận ra ngay." Nhưng nhưng thật ra là "có đấy". Xác suất rất cao là bạn sẽ không nhận ra sự thay đổi, dù giới tính hay màu da của người phục vụ đó đều bị thay đổi cùng lúc. Bạn cũng sẽ "mù" thôi.

Điều này một phần là do tầm nhìn rất "tốn kém" - tốn kém về mặt tâm sinh lý, tốn kém về hệ thần kinh. Chỉ có một phần rất nhỏ trong võng mạc

của bạn là hốc thị giác có độ phân giải cao - nằm ngay trung tâm, tức phần có độ phân giải cao của mắt được dùng để nhận diện các khuôn mặt. Mỗi tế bào hốc thị giác hiếm hoi này tiêu tốn 10 nghìn tế bào trong vỏ thị giác, chỉ để kiểm soát bước khởi đầu trong một quy trình nhìn vốn có nhiều giai đoạn. Sau đó, mỗi tế bào trong 10 nghìn tế bào này đòi hỏi thêm 10 nghìn tế nào nữa để tiến đến giai đoạn thứ hai. Nếu toàn hộ võng mạc đều là hố thị giác, bạn sẽ cần một hộp sọ với kích cỡ người ngoài hành tinh trong các bộ phim hạng B[31] mới chứa hết bộ não. Kết quả là chúng ta phải phân chia lựa chọn khi nhìn. Đa phần tầm nhìn của ta là ở ngoại vi với độ phân giải thấp. Chúng ta dành hốc thị giác cho những thứ quan trọng. Chúng ta dành năng lực phân giải cao cho số ít những thứ cụ thể mà ta nhắm đến. Và ta để mọi thứ khác - gần như tất cả - mờ đi, bị bỏ qua và hòa vào phông nền.

Nếu bạn không có ý định dẹp sang một bên điều gì đó can hệ vào hoạt động hiện tại vốn cần sự tập trung hạn hẹp của mình, thì bạn sẽ nhìn thấy nó. Nếu không, thứ này đơn giản là không hề xuất hiện. Quả bóng mà các đối tượng nghiên cứu của Simons tập trung vào chưa bao giờ bị con khỉ đột hoặc bất cứ ai trong số sáu người chơi che khuất. Nguyên nhân là vì con khỉ đột ấy không cản trở một nhiệm vụ được xác định rõ và đang xảy ra là chuyền bóng. Nguyên nhân là vì ta không thể phân biệt được nó với tất cả những thứ mà người chơi không nhìn thấy, khi họ đang mải tập trung vào quả bóng. Một con khỉ to tướng có thể dễ dàng bị ta lờ đi. Đó chính là cách bạn đối diện với sự phức tạp tràn ngập trong thế giới này: Bạn lờ nó đi trong khi đang tập trung từng li từng tí vào những mối quan tâm riêng của mình. Bạn nhìn thấy những thứ tạo thuận lợi cho bạn tiến thẳng tới mục tiêu mình mong muốn. Bạn nhận ra những trở ngại khi

chúng xuất hiện trên lối đi của bạn. Và bạn mù trước mọi thứ khác (và dĩ nhiên là có rất nhiều những thứ khác, thế nên bạn mới mù tịt). Mọi chuyện đã diễn ra như thế, vì có rất nhiều thứ thuộc về thế giới này ngoài bạn. Bạn cần điều phối nguồn lực hữu hạn của mình thật cẩn thận. Nhìn là việc rất khó, nên bạn phải chọn thứ để nhìn và để mặc phần còn lại trôi đi.

Có một ý tưởng thâm thúy trong kinh Vệ Đà cổ đại (thánh thư cổ xưa nhất của Hindu giáo và là một phần của nền tảng văn hóa Ấn Độ): Thế giới được nhận thức là *maya* - tức vẻ bề ngoài hay ảo ảnh. Điều này đồng nghĩa con người bị che mắt bởi những khao khát của họ (cũng như đơn giản không có khả năng nhìn thấu bản chất mọi sự). Đây là sự thật, theo nghĩa vượt trên cả các phép ẩn dụ. Đôi mắt của bạn là công cụ. Chúng ở đấy để giúp bạn có được điều mình muốn. Cái giá phải trả cho công dụng này, do hướng nhìn tập trung cụ thể ấy, chính là sự mù mờ với mọi thứ khác. Cái giá này không nghiêm trọng lắm nếu mọi thứ đi đúng hướng và chúng ta sắp đạt được thứ mình muốn (dù điều này cũng có thể là vấn đề, nếu việc có được những thứ mình đang muốn có thể khiến ta mờ mắt trước những lời hiệu triệu cao cả hơn). Nhưng khi ta gặp khủng hoảng thì toàn bộ thế giới đang bị ngó lơ này lại đại diện cho một vấn đề thật sự kinh khủng và không có điều gì diễn ra như ta mong muốn. Khi ấy, chúng ta có quá nhiều thứ phải giải quyết. Nhưng tin vui là chính vấn đề ấy lại hàm chứa hạt mầm để giải quyết nó. Do bạn đã bỏ qua quá nhiều thứ, nên rất nhiều khả năng vẫn còn sót lại ở những nơi mà bạn chưa ngó ngàng đến.

Hãy hình dung rằng bạn đang không hạnh phúc. Bạn không đạt được điều mình cần. Nghiêm túc mà nói, điều này có thể nằm ở thứ bạn muốn. Bạn mù quáng bởi chính những thứ bạn khao khát. Có thể những thứ bạn

thật sự cần đang ở ngay trước mắt, nhưng bạn không thể nhìn thấy chúng bởi đang mải nhắm đến những thứ khác. Và điều này lại đưa đến một nguyên lý khác: Bạn, hoặc bất kỳ ai, phải trả giá để có được điều mình muốn (hoặc tốt hơn nữa là điều mình cần). Hãy suy nghĩ theo hướng này. Bạn quan sát thế giới dưới góc nhìn cụ thể và đặc thù của mình. Bạn dùng một số công cụ để chắt lọc hầu hết mọi thứ ra ngoài và để một vài thứ lọt vào trong. Bạn dành rất nhiều thời gian để tạo dựng những công cụ này. Chúng trở nên quen thuộc với bạn. Chúng không chỉ là những suy nghĩ trừu tượng. Chúng được tạo dựng trong chính con người bạn. Chúng hướng bạn đến với thế giới. Chúng là những giá trị sâu thẳm nhất và thường ngầm ẩn cũng như vô thức trong bạn. Chúng trở thành một phần cấu trúc sinh học của bạn. Chúng sống động. Và chúng không muốn biến mất, bị chuyển đổi hay chết đi. Nhưng đôi lúc, thời của chúng sẽ qua và những công cụ mới lại cần được sinh ra. Vì lý do này (dù không phải là duy nhất) mà buông bỏ là điều cần thiết trong hành trình vươn lên. Nếu mọi sự không suôn sẻ với bạn - hay theo lối nói cay nghiệt nhất của những câu cách ngôn - thì đó là vì đời không như mơ và bạn sẽ chết. Tuy nhiên, trước khi khủng hoảng đẩy bạn đến cái kết đau đớn ấy, bạn nên ngẫm nghĩ rằng: *Cuộc sống không hề có vấn đề. Vấn đề là ở bạn*. Chí ít, việc nhận ra sự thật ấy sẽ mang đến cho bạn vài lựa chọn. Nếu đời bạn không như ý, thì có lẽ là kiến thức hiện tại của bạn chưa đủ, chứ không phải do cuộc đời. Có lẽ cấu trúc giá trị của bạn cần được tu bổ một cách nghiêm túc. Có lẽ những "cái bạn muốn" đã che mắt bạn trước những "cái có thể". Có lẽ bạn đang níu giữ những khát vọng hiện tại quá chặt, khiến bạn không thể thấy được điều gì khác - ngay cả điều bạn thực sự cần.

Hãy hình dung bạn đang suy nghĩ đầy đố kỵ: "Đáng ra mình nên được

làm công việc của sếp." Nếu sếp bạn cứ yên vị một cách ngang bướng và đầy năng lực, thì suy nghĩ như thế sẽ dẫn bạn đến trạng thái tức tối, bất mãn và căm ghét. Bạn có thể nhận ra điều đó. Bạn nghĩ: "Mình không hạnh phúc. Tuy thế, mình có thể được chữa lành khỏi sự bất mãn này nếu mình có thể thực hiện trọn vẹn hoài bão." Nhưng rồi bạn có thể nghĩ xa hơn: "Đợi đã," bạn nghĩ. "Biết đâu mình không hạnh phúc vì mình không có được công việc của sếp. Có thể mình không hạnh phúc vì mình không thể ngừng mong muốn vị trí đó." Điều này không có nghĩa rằng bạn có thể thuyết phục bản thân theo hướng giản đơn và kỳ diệu rằng hãy ngừng ham muốn công việc của sếp, rồi lắng nghe và thay đổi. Quả thực, bạn sẽ không - và không thể - thay đổi bản thân dễ dàng như thế. Bạn phải đào sâu hơn. Bạn phải thay đổi con người mình sau này sâu sắc hơn nữa.

Thế nên bạn có thể nghĩ: "Mình không biết cần phải làm gì với sự chịu đựng xuẩn ngốc này. Mình không thể cứ thế từ bỏ hoài bão được. Như thế mình sẽ chẳng còn nơi nào để đến. Nhưng việc đau đáu với một công việc mình không thể có được lại chẳng ích gì." Bạn có thể quyết định chọn lối xử lý khác. Thay vì thế, bạn có thể khám phá một kế hoạch khác: Kế hoạch giúp bạn hoàn thành nguyện vọng và thỏa mãn khát vọng ở khía cạnh thực tế, nhưng cũng xóa sạch những cay đắng và oán giận mà bạn đang nhiễm phải trong đời mình. Bạn có thể nghĩ: "Mình sẽ lên một kế hoạch khác. Mình sẽ thử mong muốn bất cứ điều gì *khiến cuộc đời mình tốt đẹp hơn* - bất cứ thứ gì có thể - và mình sẽ bắt đầu kế hoạch đó ngay bây giờ. Nếu hóa ra đó là điều gì khác với việc chạy theo công việc của sếp, mình sẽ chấp nhận và dấn bước."

Giờ bạn đang dịch chuyển trong một quỹ đạo hoàn toàn khác. Trước đó, những gì từng là đúng đắn, đáng khao khát và đáng theo đuổi vốn rất

hạn hẹp và cứng nhắc. Bạn bị mắc kẹt ở đó, bị giam chặt và bất mãn. Thế nên bạn buông bỏ. Bạn đã hy sinh một điều cần thiết và cho phép cả thế giới mới của những điều khả thi, vốn bị che khuất bởi tham vọng trước đó của bạn, được tự hé lộ. Và có rất nhiều cơ hội ở đó. Cuộc sống của bạn sẽ như thế nào nêu nó tốt hơn? Bản thân "Cuộc sống" sẽ trông như thế nào? Và "tốt hơn" nghĩa là gì? Bạn không thể biết rõ. Và điều bạn không biết chính xác ngay lúc này không quan trọng, vì bạn sẽ bắt đầu dần nhận ra điều gì là "tốt hơn", một khi thật sự quyết định là bạn mong muốn nó. Bạn sẽ bắt đầu nhận thức được những gì còn ẩn giấu trong mình bằng những phỏng đoán và định kiến - bằng những cơ chế của viễn cảnh trước đó. Bạn sẽ bắt đầu học hỏi.

Tuy nhiên, điều này chỉ hiệu quả nếu bạn chân thành mong muốn cải thiện cuộc sống. Bạn không thể dối gạt các hệ thống nhận thức ngầm ẩn, dù chỉ một chút. Chúng nhắm đến nơi bạn hướng chúng đến. Để tu bổ, để suy xét thấu đáo, để nhắm đến nơi tốt đẹp hơn, bạn phải suy nghĩ thấu đáo từ đầu đến cuối. Bạn phải gột rửa tâm trí mình. Bạn phải dọn dẹp sạch sẽ mọi thứ hoen ố. Và bạn phải cảnh giác, vì để làm cuộc đời tốt đẹp hơn đồng nghĩa bạn phải nhận lấy rất nhiều trách nhiệm, và điều này đòi hỏi nhiều nỗ lực cũng như sự quan tâm, thay vì tiếp tục ngu ngốc sống trong đau đớn, cũng như cứ mãi tự phụ, dối lừa và oán trách.

Sẽ ra sao nếu thế giới chỉ hé lộ cho bạn thấy những điều thiện lành mà nó hàm chứa lại tương ứng chính xác với khát vọng có được điều tốt đẹp nhất của bạn? Sẽ ra sao nếu quan niệm của bạn về điều tốt đẹp nhất được nâng tầm, mở rộng và đem lại nhiều khả năng, lợi ích hơn mà bạn nhận được? Điều này không có nghĩa rằng bạn chỉ mong muốn bằng cách ao ước, hoặc rằng mọi thứ đều chỉ là sự diễn giải, hoặc không có gì là thực.

Thế giới vẫn ở đấy, cùng với những cấu trúc và giới hạn của nó. Khi bạn song hành cùng nó, nó sẽ hợp tác hoặc chống lại bạn. Thế nhưng, bạn có thể chọn cách khiêu vũ cùng nó, nếu mục đích của bạn là khiêu vũ và thậm chí bạn có thể là người dẫn dắt, nếu bạn có đủ kỹ năng và sự duyên dáng. Đây không phải là thần học. Cũng chẳng có gì huyền bí. Đây chỉ là kiến thức thực tiễn. Chẳng có phép màu nào ở đây cả - hoặc chẳng có gì ngoài phép màu của nhận thức đang hiện hữu. Chúng ta chỉ thấy thứ mình nhắm đến. Phần còn lại của thế giới (và cũng là phần lớn) đang bị ẩn giấu. Nếu chúng ta bắt đầu tập trung vào điều gì đó khác - chẳng hạn như "mình muốn đời mình tốt đẹp hơn" - thì tâm trí sẽ bày ra cho ta những thông tin mới đến từ thế giới bị ẩn giấu trước đó để trợ giúp ta trên hành trình theo đuổi. Rồi chúng ta có thể lấy thông tin đó để sử dụng và tiến lên, rồi hành động, quan sát và cải thiện. Và sau khi làm thế, sau khi cải thiện, chúng ta có thể theo đuổi điều gì đó khác, hoặc cao cả hơn nữa - chẳng hạn như "mình mong muốn bất kỳ điều gì tốt đẹp hơn là cuộc sống của mình chỉ khá khẩm hơn thôi". Và khi đó, chúng ta sẽ bước vào một thực tại được nâng tầm và toàn vẹn hơn nữa.

Ở nơi ấy, chúng ta nên tập trung vào điều gì? Và chúng ta có thể thấy gì?

Hãy nghĩ về điều đó như sau: Hãy bắt đầu từ việc nhận thấy rằng bản thân ta thực sự mong muốn nhiều thứ - thậm chí là ta cần chúng. Đó là bản chất của con người. Chúng ta đều có chung trải nghiệm về cơn đói, sự cô đơn, cơn khát, ham muốn tình dục, tính hiếu chiến, nỗi sợ hãi và sự đau đớn. Những điều ấy là thành tố của Hữu thể - những thành tố nguyên thủy, hiển nhiên của Hữu thể. Nhưng chúng ta phải phân loại và sắp xếp những khao khát nguyên sơ này, bởi vì thế giới này là một nơi phức tạp và thực

tế đến mức ngoan cố. Chúng ta không thể có được một thứ nhất định mà mình đặc biệt muốn lúc này, cùng lúc với mọi thứ khác mà chúng ta thường mong muốn. Bởi lẽ những khát khao này của chúng ta có thể làm nảy sinh mâu thuẫn với những khát khao khác, cũng như mâu thuẫn với người khác và cả thế giới. Vì vậy, chúng ta phải nhận thức được những khát khao của mình và diễn đạt chúng, phân loại ưu tiên cho chúng rồi sắp sếp chúng theo thứ bậc. Điều đó khiến chúng trở nên rất công phu. Điều đó lại khiến chúng hòa hợp với nhau, với những khao khát của người khác và của cả thế giới. Theo cách này, những mong muốn của chúng ta sẽ tự nâng tầm. Và cũng theo cách này, chúng sẽ tự sắp xếp lại thành các giá trị và trở nên hợp đạo lý. Những giá trị và luân lý của chúng ta đều chỉ thị cho sự vi tế của chính chúng ta.

Nghiên cứu triết học về luân lý - về điều phải và điều trái - chính là đạo đức. Những nghiên cứu như thế có thể giải thích cho chúng ta cặn kẽ hơn về những lựa chọn của mình. Tuy nhiên, tôn giáo còn lâu đời hơn và sâu thẳm hơn cả đạo đức. Tôn giáo không (chỉ) quan tâm chính nó là đúng hay sai, mà là thiện hay ác - dựa vào các nguyên dạng của đúng và sai. Tôn giáo tự xem xét nó trong địa hạt của giá trị, của chân giá trị. Đó không phải là địa hạt của khoa học. Nó không phải là lãnh thổ của mô tả thực tiễn. Ví dụ, những người đã viết và soạn lại Kinh Thánh không phải là những nhà khoa học. Họ thậm chí không thể trở thành những nhà khoa học ngay cả khi họ muốn thế. Những quan điểm, phương pháp và cách thực hành của khoa học vốn chưa được công thức hóa vào thời điểm Kinh Thánh được viết ra.

Thay vì thế, tôn giáo chỉ quan tâm đến *hành vi đúng đắn*. Nó bao hàm cái mà Plato gọi là "Thiện". Một tăng lữ tôn giáo chân chính sẽ không cố

gắng công thức hóa những ý niệm chính xác về bản chất khách quan của thế giới (tuy ông ấy cũng có thể cố gắng làm thế). Thay vào đó, ông ta sẽ cố gắng phấn đấu trở thành một "người thiện". Có thể đối với ông ấy, "thiện" không có ý nghĩa nào khác ngoài "vâng lời" - kể cả tuân phục một cách mù quáng. Chính vì vậy, việc phản khai sáng theo chủ nghĩa tự do của phương Tây cổ điển đối với tín ngưỡng tôn giáo cho rằng: Chỉ tuân phục thôi là không đủ. Nhưng ít nhất đó là sự khởi đầu (và chúng ta đã quên mất điều này): *Bạn không thể nhắm đến bất kỳ điều gì nếu bạn hoàn toàn vô kỷ luật và không được kèm cặp*. Bạn sẽ không biết phải hướng đến điều gì và cũng sẽ không thẳng tiến được, kể cả khi bằng cách nào đó bạn nhằm đúng hướng đi. Và sau đó bạn sẽ kết luận: "Chẳng còn gì để mình nhắm đến nữa." Đó cũng chính là lúc bạn lạc lối.

Do đó, việc tôn giáo mang yếu tố giáo điều là hết sức cần thiết và thỏa đáng. Có gì tốt khi một hệ thống giá trị không đem lại một cấu trúc bền vững? Có gì tốt khi một hệ thống giá trị không nhắm đến một trật tự cao hơn? Và bạn có gì tốt khi không thể hoặc không tiếp thu cấu trúc đó, hay chấp nhận trật tự đó - không phải như một đích cuối, mà ít nhất là như một khởi điểm? Nếu không có điều đó, bạn sẽ không hơn gì một đứa trẻ lên hai với thân xác trưởng thành, không có sự duyên dáng hay tiềm năng nào. Đó là chưa kể đến (xin nhắc lại) chỉ cần tuân phục là đủ. Nhưng khả năng tuân phục của một người - cứ cho là một người có kỷ luật đúng đắn - ít nhất cũng là một công cụ được tôi luyện kỹ. ít nhất là thế (và điều này không hề vô nghĩa). Dĩ nhiên, phải có một tầm nhìn vượt trên cả kỷ cương, vượt trên cả giáo điều. Một công cụ cần có một mục đích. Chính vì những lý do ấy mà Chúa Giê-su đã nói trong Phúc Âm của Thomas rằng: "Vương quốc của Chúa Cha đang trải rộng trên đất này, nhưng con người lại không nhìn

thấy được."

Phải chăng điều đó đồng nghĩa những gì chúng ta thấy phụ thuộc vào tín ngưỡng tôn giáo của mình? Đúng thế! Và những gì chúng ta không nhìn thấy cũng vậy! Bạn có thể phản đối rằng: "Nhưng tôi là người vô thần." Không, bạn *không phải* (và nếu muốn hiểu rõ điều này, bạn có thể đọc cuốn *Tội ác và hình phạt* của Dostoevsky, có thể là cuốn tiểu thuyết vĩ đại nhất từng được viết. Trong đó, nhân vật chính Raskolnikov đã quyết định chọn chủ nghĩa vô thần một cách thực sự nghiêm túc, sa vào cái mà anh tự hợp lý hóa như một vụ giết người nhân từ và phải trả giá). Bạn đơn giản không là người vô thần trong hành động của mình, mà chính những hành động đã phản ánh một cách chính xác nhất những tín niệm sâu thẳm của bạn - những điều ngầm ẩn, gắn liền với sự tồn tại của bạn, sâu bên dưới những sự lĩnh hội có ý thức, thái độ thể hiện ra ngoài và tự nhận biết bản thân ở mức bề nổi. Bạn chỉ có thể nhận ra mình thực sự tin vào điều gì (hơn là điều bạn nghĩ rằng mình tin tưởng) bằng cách quan sát mình hành động ra sao. Đơn giản vì trước đó bạn sẽ không biết mình tin vào điều gì. Bản thân bạn đã quá phức tạp để hiểu được chính mình.

Điều này đòi hỏi sự quan sát kỹ càng, học vấn chỉn chu, suy ngẫm thấu đáo và trao đổi cẩn trọng với người khác, nhằm xóa đi bề nổi của những tín niệm ở bạn. Tất cả những gì bạn xem trọng là sản phẩm của những quá trình phát triển lâu dài không tưởng, mang tính cá nhân, văn hóa và sinh học. Bạn sẽ không hiểu được làm sao điều mình muốn - và do đó là những gì bạn thấy - lại phụ thuộc vào một quá khứ vô chừng, thăm thẳm và sâu sắc. Bạn đơn giản không hiểu làm sao mỗi mạch thần kinh - qua đó giúp bạn nhìn ngắm thế giới - lại được định hình (một cách đau đớn) bởi những mục đích mang đạo đức của tổ tiên loài người qua hàng triệu năm, cùng

toàn bộ sự sống đã hình thành hàng tỉ năm về trước.

Bạn không hiểu bất kỳ điều gì cả.

Bạn thậm chí không biết rằng mình mù lòa.

Một số kiến thức của chúng ta về tín niệm đã được ghi nhận lại. Chúng ta đã tự quan sát chính mình hành động, ngẫm nghĩ về sự quan sát ấy và nhiều câu chuyện được đúc kết từ chính sự ngẫm nghĩ ấy trong suốt hàng chục hoặc có lẽ hàng trăm nghìn năm qua. Đó đều là một phần những nỗ lực của chúng ta, của cả cá nhân lẫn tập thể, để khám phá và chắp nối lại những gì ta tin tưởng. Một phần kiến thức tạo ra được gói ghém lại từ những lời giáo huấn căn bản trong các nền văn hóa chúng ta, trong những thư tịch cổ như Đạo đức kinh, các thánh kinh Vệ Đà mà tôi đã đề cập ở trên, hoặc những câu chuyện trong Kinh Thánh. Dù tốt hay xấu thì Kinh Thánh vẫn là tư liệu nền tảng của nền văn minh phương Tây (của giá trị phương Tây, luân lý phương Tây cùng những quan niệm phương Tây về tốt và xấu). Nó là sản phẩm của những quy trình về cơ bản vẫn còn nằm ngoài tầm hiểu biết của chúng ta. Kinh Thánh như một thư viện được tạo thành từ nhiều cuốn sách, mỗi cuốn lại được nhiều người viết và biên soạn. Nó đích thực là một tư liệu nổi bật - được chọn lọc, xâu chuỗi và cuối cùng được viết thành một câu chuyện mạch lạc không chỉ bởi một người, mà xuyên suốt hàng nghìn năm. Kinh Thánh đã từng được viết ra vội vàng mà chẳng có tri thức sâu sắc nào, bởi trí tưởng tượng của một tập thể con người mà bản thân sự tưởng tượng ấy lại là sản phẩm của những thế lực không tưởng, vận động trong những quãng thời gian vô cùng tận. Không có phương thức nào khác ngoài việc nghiên cứu cẩn thận về Kinh Thánh với đầy đủ sự tôn trọng mới có thể tiết lộ cho chúng ta về những điều ta tin tưởng, cũng như chúng ta nên thực hiện và hành động như thế

nào.

THƯỢNG ĐẾ TRONG CỰU ƯỚC VÀ TÂN ƯỚC

Thượng Đế trong Cựu Ước có thể xuất hiện như một hình tượng khắc nghiệt, phán xét, khó đoán và nguy hiểm, nhất là khi ta đọc qua loa vội vàng. Tính chân thực của hình mẫu này còn đang được những nhà bình giải Ki-tô giáo phóng đại lên một cách đầy tranh cãi, với ý định cường điệu sự khác biệt giữa các bản cũ và mới trong Kinh Thánh. Tuy nhiên, họ phải trả giá cho những âm mưu như thế (theo cả nghĩa đen lẫn nghĩa bóng): Khi đối mặt với Đức Giê-hô-va, người hiện đại có khuynh hướng nghĩ rằng: "Tôi sẽ không bao giờ tin vào một vị Chúa như vậy." Nhưng Thượng Đế trong Cựu Ước không mấy quan tâm người hiện đại nghĩ gì. Ngài cũng không quan tâm người thời Cựu Ước nghĩ gì (mặc dù người ta có thể mặc cả với Ngài, cụ thể rành rành trong các câu chuyện về Abraham[32], với mức độ đáng ngạc nhiên). Tuy nhiên, khi thần dân của Ngài lạc lối - khi họ chống lại huấn thị của Ngài, vi phạm các giao ước với Ngài và phá vỡ các điều răn của Ngài - thì rắc rối hiển nhiên đã ập đến. Nếu bạn không làm điều mà Thượng Đế trong Cựu Ước yêu cầu - bất kể điều đó có thể là gì và bất kể bạn trốn tránh ra sao chăng nữa - thì bạn và con cháu của bạn đều sẽ gặp phải rắc rối nghiêm trọng.

Chính những người theo thuyết duy thực đã tạo ra, hoặc chú ý đến Thượng Đế trong Cực Ước. Khi cư dân của những xã hội cổ đại này lang thang vô định vì đi sai đường, họ phải kết thúc trong cảnh bị nô dịch đầy khổ đau - đôi lúc đến hàng thế kỷ - khi không bị xóa sổ hoàn toàn. Điều đó có hợp lý không? Có chính nghĩa không? Có công bằng không? Những tác giả của Cựu ước đã đặt ra những câu hỏi ấy với sự cẩn trọng cực kỳ và

trong những điều kiện hết sức hạn chế. Họ cho rằng Đấng Sáng Thế biết Ngài đang làm gì, rằng Ngài có toàn bộ quyền năng và rằng những mệnh lệnh của Ngài nên được tuân thủ cẩn thận. Họ đã rất thông thái. Ngài là Sức mạnh của Tự nhiên. Liệu một con sư tử đang đói mốc meo thì có hợp lý, chính nghĩa và công bằng không? Sao lại có một câu hỏi vô nghĩa như thế? Những người Israel trong Cựu Ước và tổ tiên của họ biết rằng không thể đùa giỡn với Thượng Đế, và rằng bất kỳ Địa Ngục nào được cho phép mở ra - khi Ngài tức giận nếu có ai bị đóng đinh lên thập giá - đều có thật. Khi vừa trải qua một thế kỷ được ghi dấu bởi những nỗi kinh hoàng vô tận từ những tên độc tài, chúng ta hẳn có thể nhận ra điều tương tự.

Thượng Đế trong Tân Ước thường được thể hiện với một tính cách khác biệt (mặc dù Sách Khải Huyền, với Phán xét Cuối cùng, đã cảnh cáo mọi sự tự hãnh vì quá ngây ngô). Ngài xuất hiện như là một Geppetto[33] tử tế, một thợ thủ công bậc thầy và một người cha nhân từ. Ngài không mong muốn gì ngoài điều tốt đẹp nhất cho chúng ta. Ngài luôn yêu thương và tha thứ. Nhưng dĩ nhiên, Ngài sẽ đày bạn xuống Địa Ngục, nếu bạn hành xử đủ tồi tệ. Tuy nhiên, về cơ bản, Ngài vẫn là Vị thần của Tình yêu. Điều đó nghe có vẻ lạc quan và được vô tư chào đón hơn, nhưng (theo ngữ nghĩa chính xác) lại không đáng tin bằng. Trong một thế giới như thế này - một tòa nhà kính chờ tận thế - ai có thể tin vào một câu chuyện như vậy? Một Thượng Đế toàn thiện trong thế giới thời hậu Auschwitz[34] ư? Vì những lý do ấy mà triết gia Nietzsche, người có lẽ là nhà phê bình uyên bác nhất khi nói về Ki-tô giáo, cho rằng Thượng Đế trong Tân ước là tội ác văn học tồi tệ nhất trong lịch sử phương Tây. Trong cuốn *Beyond Good and Evil* (tựa tiếng Việt: *Bên kia bờ thiện ác*), ông viết:

Trong "Cựu ước" của người Do Thái - cuốn sách của công lý

thiêng liêng, có những người, những điều và những phát ngôn theo phong cách tuyệt vời mà văn học Hy Lạp lẫn Ấn Độ không cách gì so sánh được. Một mặt nói về nỗi sợ hãi và lòng tôn kính trước những tàn dư kỳ diệu của con người thời trước và một mặt có những suy nghĩ buồn bã về một châu Á xưa cũ cùng với bán đảo nhỏ tách biệt của nó ở châu Âu… Việc trói buộc Tân Ước này cùng với Cựu Ước thành cùng một cuốn sách, thành "Kinh thánh", thành "Cuốn sách trong sách" có lẽ chính là sự trơ tráo ghê gớm nhất và "tội lỗi chống lại thánh linh" mà văn chương châu Âu phải tự vấn lương tâm.

Ngoài kẻ ngây thơ nhất, ai trong số chúng ta có thể thừa nhận rằng một Hữu thể toàn thiện và khoan dung như thế lại cai trị thế giới quá đỗi tồi tệ này? Nhưng điều dường như là không thể lĩnh hội đối với những ai không thấy lại rõ ràng rành rành với những người đã "khai nhãn".

Hãy quay lại trường hợp mà mục tiêu mà bạn nhắm đến được định đoạt bởi một điều tầm thường - sự ghen tỵ dành cho sếp mà tôi đã đề cập. Chính bởi sự ghen tỵ ấy mà thế giới bạn đang sống mới tỏ ra nó là một nơi chốn đầy cay đắng, tuyệt vọng và ác ý. Hãy hình dung bạn đã nhận thấy, suy ngẫm và xét lại nỗi bất hạnh của mình một lần nữa. Xa hơn, bạn quyết tâm chịu trách nhiệm cho điều đó và dám khẳng định rằng chí ít vẫn còn phần nào đó trong tầm kiểm soát của bản thân. Trong tích tắc, bạn hé một mắt và nhìn ra. Bạn mong cầu điều gì đó tốt đẹp hơn. Bạn từ bỏ tính nhỏ nhen của bản thân, ăn năn vì sự ghen ghét của mình và mở rộng trái tim. Thay vì nguyền rủa bóng tối, bạn cho phép chút ánh sáng len vào. Bạn quyết định nhắm đến một cuộc sống tốt đẹp hơn - thay vì một văn phòng tốt hơn.

Nhưng bạn không dừng lại ở đó. Bạn nhận ra rằng sẽ là sai lầm khi

nhắm đến một cuộc sống tốt đẹp hơn, nếu cái giá phải trả là khiến cuộc sống của một ai đó xấu đi. Thế là bạn trở nên sáng tạo. Bạn quyết định tham gia vào một cuộc chơi khó khăn hơn. Bạn quyết định rằng mình muốn một cuộc sống tốt đẹp hơn sao cho nó cũng sẽ giúp cuộc sống của gia đình mình khấm khá hơn. Hoặc cuộc sống của chính gia đình bạn lẫn bạn bè của bạn, cũng như của những người xa lạ xung quanh họ. Còn kẻ thù của bạn thì sao? Bạn có muốn bao gồm cả họ không? Chắc chắn bạn không biết xoay xở thế nào. Thế nhưng, bạn đã đọc qua sử sách. Bạn biết kết cục sẽ ra sao khi lấy oán báo oán. Vì vậy, bạn bắt đầu mong ước cho cả kẻ thù của mình, ít nhất là về mặt nguyên tắc, dù bạn hoàn toàn chưa phải là bậc thầy làm chủ những cảm xúc như thế.

Và rồi tầm nhìn của bạn cũng thay đổi. Bạn vô thức vượt qua những giới hạn từng bó buộc mình. Những khả năng mới trong đời bạn sẽ xuất hiện và bạn hướng đến nhận thức về chúng. Cuộc sống của bạn thực sự cải thiện. Và rồi bạn bắt đầu suy nghĩ xa hơn: "Tốt hơn ư? Có lẽ điều đó có nghĩa là tốt hơn cho mình, gia đình mình và bạn bè xung quanh mình - kể cả kẻ thù của mình. Nhưng vẫn chưa bao hàm hết ý nghĩa của điều đó. Nó còn có nghĩa là ngày hôm nay sẽ tốt hơn, theo cách khiến cho mọi thứ cũng sẽ tốt hơn vào ngày mai, vào tuần tới, vào năm sau, vào một thập niên tới và hàng trăm năm nữa kể từ lúc này. Và hàng nghìn năm nữa. Và mãi mãi về sau."

Tiếp đến, "tốt hơn" nghĩa là hướng đến sự Cải thiện Hữu thể. Khi nghĩ về tất cả những điều này - nhận thức về toàn bộ điều này - nghĩa là bạn đã mạo hiểm. Bạn quyết định sẽ bắt đầu đối xử với Thượng Đế trong Cựu ước, với toàn bộ quyền năng khủng khiếp nhưng dường như độc đoán của Ngài, như thể Ngài cũng là Thượng Đế trong Tân ước (bất kể việc bạn

hiểu rằng điều này thật lố bịch theo nhiều lẽ). Nói cách khác, bạn quyết định hành xử như thể trên đời ở hiền sẽ gặp lành - và chỉ đúng khi bạn "ở hiền". Và đó là quyết định, là lời tuyên bố về niềm tin đối với sự tồn tại, cho phép bạn vượt qua chủ nghĩa hư vô, lòng oán hận và sự kiêu ngạo. Đó là lời tuyên bố của đức tin giúp cho Hữu thể tránh xa lòng hận thù với tất cả những thứ xấu xa của nó. Và cũng với niềm tin ấy: Sẽ không có chuyện tin vào những điều mà bạn biết rất rõ là sai. Đức tin không phải là niềm tin trẻ con vào phép màu. Đó là sự vô tri hay thậm chí mù quáng có chủ ý. Đó là nhận thức cho rằng những sự phi lý tàn khốc của cuộc sống phải được cân bằng lại bằng một cam kết phi lý không kém vì cái thiện thiết yếu của Hữu thể. Đó đồng thời là ý chí dám đặt hướng nhìn đến mục tiêu không thể đạt được và dám hy sinh tất cả, kể cả (điều quan trọng nhất) cuộc sống của chính bạn. Bạn nhận ra rằng, theo đúng nghĩa đen, mình chẳng thể làm gì tốt đẹp hơn thế. Nhưng làm sao bạn thực hiện được tất cả những điều này? - giả sử rằng bạn đủ ngu ngốc để thử sức.

Bạn có thể bắt đầu bằng cách *ngừng suy nghĩ* - hoặc chính xác hơn, nhẹ nhàng hơn là bằng cách từ chối khuất phục đức tin của mình trước lý trí hiện tại, cùng với cách nhìn hạn hẹp của nó. Điều đó không có nghĩa là "khiến mình trở nên ngu ngốc". Nó mang ý nghĩa ngược lại, rằng bạn phải từ bỏ việc dùng thủ đoạn, toan tính, xảo quyệt, mưu đồ, ép buộc, đòi hỏi, trốn tránh, phớt lờ cũng như trừng phạt. Rằng bạn phải dẹp bỏ những sách lược cũ sang một bên. Rằng bạn phải tập trung chú ý, như thể trước đây bạn chưa từng chú ý bao giờ.

TẬP TRUNG CHÚ Ý

Hãy tập trung chú ý. Hãy tập trung vào những điều đang diễn ra xung

quanh mình, cả về mặt vật chất lẫn tinh thần. Hãy chú ý đến những điều khiến bạn phiền lòng, khiến bạn bận tâm, khiến bạn không còn là chính mình, những điều bạn *có thể* khắc phục và bạn *sẽ* khắc phục. Bạn có thể tìm thấy những điều ấy bằng cách tự hỏi (như thể bạn thật tâm muốn biết) ba câu sau: "Điều gì khiến mình phiền lòng?", "Có điều gì mà mình khắc phục được?" và "Mình có sẵn sàng khắc phục nó không?" Nếu bạn tìm thấy câu trả lời là "không" cho bất kỳ câu nào trong số ba câu trên, thì hãy chuyển hướng nhìn đến nơi khác. Hãy đặt mục tiêu thấp hơn. Hãy tìm kiếm cho đến khi bạn nhận ra điều gì thật sự khiến mình phiền lòng, điều bạn có thể khắc phục, điều bạn muốn khắc phục, rồi hãy bắt tay vào khắc phục nó. Như thế có lẽ là đủ cho một ngày.

Có thể trên bàn của bạn đang có một chồng giấy tờ và bạn vẫn đang lảng tránh nó. Bạn thậm chí không nhìn đến nó khi bước vào phòng mình. Có những thứ khủng khiếp đang lẩn khuất đâu đó: mẫu khai thuế, hóa đơn và thư từ những người mong muốn nhận được những thứ bạn không chắc mình đáp ứng được. Hãy chú ý đến nỗi sợ của mình và dành sự cảm thông cho nó. Có thể có những con rắn độc trong chồng giấy ấy. Có thể bạn sẽ bị chúng cắn. Có thể có cả một bầy mãng xà đang trốn trong đó. Bạn chặt một cái đầu của nó và bảy cái khác lại mọc lên. Làm sao bạn có thể đối phó với điều đó?

Bạn có thể tự hỏi rằng: "Có điều gì mà mình sẵn sàng làm với đống giấy tờ ấy không? Có lẽ mình nên xem qua một phần của nó? Chỉ trong 20 phút thôi?" Có thể câu trả lời sẽ là: "Không!" Nhưng bạn có thể xem qua trong vòng mười, hoặc thậm chí chỉ năm phút (và nếu không thì một phút). Hãy bắt đầu từ đó. Bạn sẽ sớm nhận ra toàn bộ đống giấy tờ ấy rút ngắn lại đáng kể, đơn giản vì bạn đã xem qua một phần của nó. Và bạn sẽ nhận

ra rằng tất cả mọi thứ được tạo thành bởi nhiều phần. Sẽ thế nào nếu bạn cho phép bản thân mình uống một ly rượu vang trong bữa ăn tối, hoặc cuộn tròn trên ghế sofa và đọc sách, hoặc xem một bộ phim dở hơi như là một phần thưởng? Sẽ thế nào nếu bạn chỉ cho vợ hoặc chồng mình nói "làm tốt lắm" sau khi bạn sửa chữa bất cứ thứ gì cần sửa? Liệu điều đó có động viên bạn không? Những người biết ơn bạn ban đầu có thể không quá giỏi trong việc thể hiện lòng biết ơn ấy, nhưng điều đó sẽ không ngăn được bạn.

Con người có thể học hỏi, kể cả khi họ rất ngờ nghệch lúc ban đầu. Hãy chân thành tự hỏi mình xem bạn đòi hỏi điều gì để được động viên và thực hiện công việc mình đang làm và lắng nghe câu trả lời. Đừng tự nhủ: "Mình không cần làm điều đó để tự động viên bản thân." Bạn biết gì về bản thân mình nào? Một mặt, bạn là thực thể phức tạp nhất trong toàn bộ vũ trụ này; nhưng mặt khác, bạn thậm chí còn không biết cách đặt giờ cho lò vi sóng. Đừng đánh giá quá cao sự tự thấu hiểu bản thân của bạn.

Hãy để những công việc trong ngày tự lên tiếng để bạn chiêm nghiệm. Đây có thể là điều bạn làm mỗi sáng, khi ngồi bên mép giường của mình. Bạn cũng có thể thử làm thế vào tối hôm trước khi chuẩn bị đi ngủ. Hãy yêu cầu bản thân một sự đóng góp tự nguyện. Nếu hỏi một cách tử tế và chăm chú lắng nghe, nhưng đừng cố gian dối, thì bạn sẽ tìm được câu trả lời. Hãy làm điều này mỗi ngày trong một khoảng thời gian. Và sau đó thực hành việc này suốt cuộc đời mình. Sớm thôi, bạn sẽ thấy mình sống trong một bối cảnh hoàn toàn khác. Và giờ bạn có thể tự vấn chính bản thân mình theo thói quen rằng: "Mình có thể làm và nên làm gì để khiến Cuộc sống tốt đẹp hơn dù chỉ một chút?" Bạn sẽ không ép bản thân tin cái "tốt hơn" phải là thế nào. Bạn sẽ không trở thành người theo chủ nghĩa

toàn trị, hoặc theo chủ nghĩa không tưởng kể cả đối với bản thân, vì bạn đã học được từ những người theo chủ nghĩa đó, cũng như từ chính kinh nghiệm của bạn rằng: Trở thành kẻ theo thuyết toàn trị là điều xấu. Hãy nhắm đến mục tiêu cao cả. Hãy đặt tầm nhìn của mình vào điều tốt hơn cả Hữu thể. Từ sâu thẳm tâm hồn, hãy gắn kết bản thân với Niềm tin và Cái Thiện Cao quý nhất. Có một trật tự quen thuộc cần được thiết lập và một vẻ đẹp cần ra đời. Có những điều xấu xa cần bạn vượt qua, có những đau khổ cần bạn xoa dịu và bản thân bạn cần trở nên tốt đẹp hơn.

Theo cách đọc hiểu của tôi, đây chính là đạo đức cực hạn trong nguyên tắc chung của phương Tây. Hơn thế nữa, chuyện này đã được truyền đạt một cách đầy khó hiểu và hào nhoáng từ những khổ thơ trong *Bài giảng trên núi* của Đức Chúa Giê-su, mà theo nghĩa nào đó là trí tuệ của Tân Ước. Đây là nỗ lực Tinh thần của Nhân loại nhằm biến đổi những hiểu biết về đạo đức ngay từ đầu - như các câu "Ngươi không được[35]" rất cần thiết cho trẻ con và Mười Điều răn của Chúa - thành một phiên bản được diễn giải đầy đủ, tích cực trong mỗi cá nhân đích thực. Sự thể hiện này không chỉ đơn giản là sự tự chủ, tự kiềm chế đáng ngưỡng mộ, mà còn là khát vọng cơ bản sắp đặt thế giới sao cho đúng đắn. Đây không phải là sự chấm dứt tội lỗi, mà là sự đối nghịch của tội lỗi, tức bản thân điều thiện. *Bài giảng trên núi* vạch rõ bản chất thực sự của loài người và cái đích đúng đắn của nhân loại: Hãy tập trung mỗi ngày để bạn có thể sống trong hiện tại và tham gia một cách đầy đủ, thỏa đáng vào những điều đang diễn ra trước mắt mình - nhưng hãy chỉ làm thế sau khi bạn đã quyết định để những điều tốt đẹp trong mình tỏa sáng, để nó có thể minh chứng cho Hữu thể và soi rọi thế giới. Hãy chỉ làm thế sau khi bạn đã quyết tâm hy sinh mọi thứ cần phải hy sinh để có thể theo đuổi những điều tốt đẹp cao cả

nhất.

Hãy xem loài hoa huệ mọc lên thế nào; nó chẳng làm khó nhọc, cũng không xoay vòng:

Song ta phán cùng các ngươi, dẫu vua Salomon vẻ vang đến đâu, cũng không được xếp vào một hoa nào trong giống ấy.

Hỡi kẻ ít đức tin, nếu loài cỏ ngoài đồng là loài nay sống mai bỏ vào lò, mà Đức Chúa Trời còn cho mặc thể ấy thay, huống chi là các ngươi?

Vậy nên các ngươi đừng kiếm đồ ăn đồ uống đồ mặc, cũng đừng có lòng lo lắng.

Vì mọi sự đó, các dân ngoại ở thế gian vẫn thường tìm, và Cha các ngươi biết các ngươi cần dùng mọi sự đó rồi.

Nhưng thà các ngươi hãy tìm kiếm vương quốc của Đức Chúa Trời và sự công tâm của Ngài, rồi mọi sự đó sẽ được cho thêm.

Vậy, đừng nghĩ đến ngày mai: Vì ngày mai sẽ tự việc của mình. Không suy nghĩ thấu đáo cho ngày hiện tại mới chính là điều ác (Lu-ca chương 12: 22-34)

Nhận thức đang dần ló dạng. Thay vì đóng vai một kẻ độc đoán, thì bạn đang tập trung chú ý. Bạn đang nói lên sự thật thay vì thao túng thế giới. Bạn đang đàm phán thay vì đóng vai kẻ tử vì đạo hay tên bạo chúa. Bạn sẽ không còn đố kỵ, vì bạn không còn biết ai khác thực sự làm tốt hơn bạn. Bạn sẽ không còn chán nản, vì bạn đã học được cách đặt mục tiêu thấp hơn và kiên nhẫn. Bạn đang khám phá ra mình là ai, ra điều bạn muốn và điều bạn sẵn lòng thực hiện. Bạn đang nhận ra rằng những giải pháp cho những vấn đề cụ thể của mình phải dành cho bạn, của riêng bạn và chính

xác là bạn. Bạn sẽ ít quan tâm hơn đến hành động của người khác, vì bạn đã có quá đủ việc cho mình làm rồi.

Hãy sống trọn một ngày, nhưng nhắm đến điều tốt đẹp nhất.

Và giờ đây, quỹ đạo của bạn đang hướng về phía Thiên Đường, nơi mang lại cho bạn hy vọng. Ngay cả một người trên con tàu đắm vẫn có thể hạnh phúc khi anh ta trèo lên một chiếc thuyền cứu hộ! Và ai biết được mai này anh ấy sẽ đi về đâu. Giong buồm vui vẻ có lẽ vẫn tốt hơn là cập bến thành công…

Hãy hỏi, rồi bạn sẽ nhận được. Hãy gõ, rồi cửa sẽ mở. Nếu bạn hỏi như thể bạn muốn biết và gõ cửa như thể bạn muốn bước vào, thì bạn có thể sẽ nhận được cơ hội để cải thiện cuộc đời mình từng chút một; rồi nhiều hơn; rồi trọn vẹn - và với sự cải thiện ấy, bản thân Hữu thể sẽ hình thành sự tiến triển nào đó.

Hãy so sánh bản thân với chính bạn ngày hôm qua, chứ không phải người nào khác hôm nay.

QUY LUẬT 5

ĐỪNG ĐỂ CON BẠN LÀM NHỮNG ĐIỀU KHIẾN BẠN KHÔNG ƯA CHÚNG

THỰC SỰ ĐIỀU ĐÓ KHÔNG ỔN CHÚT NÀO

MỚI ĐÂY, TÔI ĐÃ CHỨNG KIẾN MỘT CẬU BÉ BA TUỔI lẽo đẽo theo bố mẹ mình len lỏi trong một sân bay đông đúc. Cứ khoảng năm giây, cậu bé lại la hét dữ dội - và quan trọng hơn là cậu cố ý làm như thế. Nhưng đó vẫn chưa phải giới hạn của cậu. Cũng là bậc cha mẹ, tôi biết giọng điệu ấy nghĩa là gì. Cậu bé đang chọc giận bố mẹ và hàng trăm người khác để có được sự chú ý. Có lẽ cậu cần thứ gì đó. Nhưng làm thế không phải là cách để có được điều cậu muốn và cha mẹ nên cho cậu biết điều ấy. Bạn có thể bào chữa rằng "có lẽ hai vị ấy đã mệt lử vì bị lệch múi giờ sau một chuyến bay dài". Nhưng chúng ta chỉ cần bỏ ra 30 giây để cẩn thận giải quyết thẳng vấn đề là đã chấm dứt được cảnh tượng đáng xấu hổ này. Các bậc cha mẹ chu đáo hơn sẽ không bao giờ cho phép bất kỳ ai họ thực sự quan tâm trở thành đối tượng bị đám đông xem thường.

Tôi cũng đã chứng kiến một cặp vợ chồng nọ, vì không thể hoặc không muốn từ chối đứa con lên hai của mình mà buộc phải theo sát cậu bé mọi lúc mọi nơi, trong một chuyến đi mà lẽ ra phải là cuộc dạo chơi đầy thú vị. Đó là vì cậu bé hành xử quá hư đốn nếu không được coi sóc chi li như thế,

để rồi không thể có được một giây tự do đúng nghĩa nào mà không phát sinh rủi ro. Mong ước của cha mẹ là để con mình tự do hoạt động mà không phải chỉnh đốn mỗi khi chúng nổi cơn bốc đồng nghịch phá. Nhưng chính điều này lại phản tác dụng: Họ đã tước đi của đứa trẻ mọi cơ hội được tham gia vào hoạt động độc lập. Vì họ không dám nói nói "không" với cu cậu, nên cậu bé không hề nhận thức được đâu là các giới hạn hợp lý, để rồi cho phép đứa trẻ có được quyền tự quản tối đa. Đó là ví dụ điển hình cho thấy quá nhiều hỗn loạn sẽ sinh ra quá nhiều trật tự (và chắc chắn ngược lại cũng thế). Tương tự, tôi cũng nhận thấy các bậc cha mẹ không thể tham gia vào cuộc trò chuyện của người lớn trong một bữa tiệc tối, vì những đứa con bốn, năm tuổi của họ - vốn chiếm đa số trong đời sống xã hội - đã ăn hết ruột trắng của ổ bánh mì cắt lát; chúng buộc mọi người phải chịu đựng sự ngỗ ngược con trẻ này, trong khi ông bố bà mẹ phải chứng kiến và xấu hổ, cũng như bị tước đi khả năng can thiệp.

Khi con gái lớn của tôi còn bé, có lần con bé bị một đứa khác dùng chiếc xe tải đồ chơi bằng kim loại đập vào đầu. Một năm sau, tôi thấy đứa trẻ này hung hăng đẩy em gái của mình ra sau, làm cô bé đập người lên chiếc bàn cà phê có mặt kính mỏng. Sau đó, bà mẹ liền nhấc cậu lên (chứ không phải đứa con gái đang run lên vì sợ hãi) và lí nhí nói với cậu rằng cậu không được làm thế, trong khi vẫn vỗ nhè nhẹ vào người cậu như một cử chỉ biểu thị rõ sự chấp thuận. Cô ấy đã sinh ra "Ông hoàng con" của toàn Vũ trụ. Đó là mục tiêu không nói ra của nhiều bà mẹ, bao gồm những người xem mình là người hoàn toàn ủng hộ bình đẳng giới. Những mẫu phụ nữ này sẽ phản đối kịch liệt bất cứ lời yêu cầu nào từ một người đàn ông trưởng thành, nhưng lại có thể bỏ đi trong chốc lát để làm cho cậu ấm một phần bánh kẹp bơ lạc nếu cu cậu vòi vĩnh, trong khi cậu đang mê mải

đắm chìm vào trò chơi điện tử. Người tình sau này của những chàng trai ấy sẽ có mọi lý do để ghét mẹ chồng. Tôn trọng phụ nữ ư? Điều ấy chỉ dành cho những cậu bé khác, những gã trai khác - chứ không phải cho những đứa con trai yêu dấu của họ.

Một điều tương tự có thể cũng phần nào làm nền tảng cho sự ưu ái đối với bé trai, đặc biệt ở những quốc gia như Ấn Độ, Pakistan và Trung Quốc, nơi đầy rẫy các ca phá thai do lựa chọn giới tính. Khoản mục trên Wikipedia về hiện tượng này đã lý giải sự tồn tại của nó do "các truyền thống văn hóa" vốn trọng nam khinh nữ. (Tôi dẫn chứng Wikipedia là vì đó là nơi tổng hợp và biên tập các bài viết, nên cũng là nơi thích hợp để tìm thấy kiến thức được mọi người thừa nhận.) Nhưng không có bằng chứng nào cho thấy những quan điểm ấy hoàn toàn thuộc phạm vi văn hóa. Có những nguyên do hợp lý thuộc về tâm sinh lý giải thích cho sự tiến hóa của một thái độ như thế, tất nhiên là không đẹp chút nào theo quan niệm bình đẳng và hiện đại. Nếu tình thế buộc bạn phải đặt mọi quả trứng vào cùng một rổ (tức đánh cược mọi rủi ro trong một lựa chọn), thì tôi dám nói rằng đặt cược vào cậu con trai vẫn tốt hơn, do các quy chuẩn khắt khe trong logic tiến hóa mà trong đó việc nhân rộng gien di truyền của bạn là quan trọng bậc nhất. Tại sao lại như vậy?

Dễ hiểu thôi. Một cô con gái sinh nở thành công có thể mang đến cho bạn từ tám đến chín đứa trẻ. Có thể thấy một người sống sót sau cuộc thảm sát Do Thái, bà Yitta Schwartz, là ví dụ điển hình. Bà có ba thế hệ con cháu trực hệ khớp với thành tích kể trên. Yitta Schwartz chính là tổ mẫu của gần 2 nghìn người trước khi bà mất vào năm 2010. Nhưng hầu như không có giới hạn nào cho một cậu con trai trong việc truyền nòi giống thành công. Quan hệ tình dục với nhiều bạn tình nữ giới là cách để

anh ta sản sinh nhiều gấp bội (dựa trên giới hạn thực tế ở loài chúng ta đối với việc chỉ sinh một con). Tin đồn cho rằng diễn viên Warren Beatty và vận động viên Wilt Chamberlain đã lên giường với hàng nghìn phụ nữ (điều không hề xa lạ ở những ngôi sao nhạc rock). Họ không sinh ra đứa trẻ nào cùng với số phụ nữ ấy. Các biện pháp tránh thai đã hạn chế điều đó. Nhưng các nhân vật trứ danh thời xa xưa đã làm được. Ví dụ như vị tổ phụ của triều đại nhà Thanh, Giác Xương An (sống khoảng năm 1550), là tổ tiên dòng nam của 1 triệu rưỡi người vùng Đông Bắc Trung Quốc. Hay triều đại Uí Néill thời Trung cổ đã cho ra đời tới 3 triệu hậu duệ nam, chủ yếu tập trung ở vùng Tây Bắc Ireland và Hoa Kỳ, thông qua quá trình di cư của người Ireland. Và hoàng đế của tất cả bọn họ, Thành Cát Tư Hãn, người đã chinh phục phần lớn lãnh thổ châu Á, chính là tổ phụ của 8% nam giới Trung Á - với 16 triệu hậu duệ nam ở 34 thế hệ sau này. Vì vậy, đứng từ lập trường sinh học sâu sắc, có nhiều lý do để các bậc cha mẹ yêu chiều những cậu con trai đến mức chấp nhận loại bỏ những bào thai nữ; mặc dù tôi không khẳng định đây là mối quan hệ nhân quả trực tiếp, cũng như không đề cập đến việc thiếu vắng những lý do khác phụ thuộc nhiều hơn vào văn hóa.

Cách đối xử ưu ái dành cho bé trai trong suốt quá trình phát triển thậm chí có thể giúp chúng trở thành một người đàn ông quyến rũ, uyên bác và tự tin. Điều này đã xảy ra trong trường hợp của cha đẻ ngành phân tâm học, Sigmund Freud, thể hiện trong câu nói của ông: "Một người đàn ông được mẹ mình ưu ái tuyệt đối luôn mang tâm thế của một kẻ chinh phục, mà lòng tự tin thành công của anh ta thường mang lại thành công thực sự." Âu cũng công bằng thôi. Nhưng "tâm thế của kẻ chinh phục" có thể dễ dàng trở thành "kẻ chinh phục đích thực". Thành công vượt bậc của Thành

Cát Tư Hãn trong việc truyền nòi giống chắc chắn phải trả giá bằng bi kịch của nhiều người khác (bao gồm hàng triệu người Trung Quốc, Ba Tư, Nga và Hungari phải chết). Việc làm hư một cậu con trai có thể hữu ích nếu đứng trên lập trường của "gien ích kỷ" (cho phép các gien của đứa con được ưu ái sao chép thành vô số gien trội khác) - theo cách nói của nhà sinh học tiến hóa lừng danh Richard Dawkins. Nhưng nó có thể tạo nên một cảnh tượng vừa đen tối vừa đau xót ngay ở đây và ngay lúc này, rồi nó biến đổi thành điều gì đó nguy hiểm không tả nổi.

Điều này không có nghĩa rằng mọi bà mẹ đều ưu ái mọi đứa con trai của họ hơn con gái (hoặc con gái đôi khi không được yêu chiều bằng con trai, hoặc người cha đôi khi không yêu chiều con trai của mình). Những yếu tố khác có thể chi phối rõ ràng. Ví dụ, đôi lúc nỗi oán giận vô thức (hoặc có lúc không hẳn là vô thức) đã khiến các bậc cha mẹ không dành sự quan tâm đến bất cứ đứa con nào của họ, bất kể giới tính, cá tính của chúng hay trong hoàn cảnh nào. Tôi từng chứng kiến một cậu bé bốn tuổi bị bỏ đói thường xuyên. Bà vú của cậu bị ốm và cậu luân phiên đến ở nhà hàng xóm để được chăm sóc tạm thời. Khi mẹ cậu đưa cậu qua nhà tôi, cô ấy nói rằng cậu bé sẽ không ăn gì cả ngày. Cô cho rằng: "Chuyện đó ổn thôi." Nhưng nó không hề ổn chút nào (rõ ràng là như thế). Cũng chính cậu bé bốn tuổi này đã tuyệt vọng bám chặt lấy vợ tôi và hoàn toàn giao phó mình trong nhiều giờ, trong lúc vợ tôi nhẫn nại và khoan dung tìm cách bón cho cậu ăn trong cả bữa trưa, thưởng cho cậu mỗi khi cậu chịu hợp tác và nhất định không làm phụ lòng cậu. Cậu bé bắt đầu mím chặt miệng, ngồi vào bàn ăn tối cùng với tất cả chúng tôi, bao gồm vợ tôi và tôi, hai đứa nhỏ của chúng tôi cùng hai đứa bé trong khu phố mà chúng tôi nhận chăm sóc hằng ngày. Vợ tôi đưa thìa tới trước mặt cậu bé, kiên nhẫn,

chờ đợi trong khi cậu bé cứ gục gặc đầu, không chịu để cô ấy đút thìa vào và vận dụng cách phòng thủ đặc trưng của một đứa trẻ hai tuổi ương bướng, không chịu hợp tác.

Nhưng vợ tôi không phụ lòng cậu bé. Nàng vỗ nhẹ lên đầu cậu mỗi khi cậu chịu ăn một thìa đầy, khen cậu một cách chân thành là "bé ngoan" mỗi khi cậu chịu ăn. Nàng thực lòng nghĩ cu cậu là một bé ngoan. Cậu là một đứa trẻ thiệt thòi nhưng dễ mến. Sau mười phút không quá khó nhọc, cậu đã ăn xong phần của mình. Tất cả chúng tôi đều chăm chú theo dõi cậu. Như thể đó là một vở kịch về sự sống và cái chết.

"Nhìn này" - vợ tôi vừa nói vừa giơ bát của cậu bé lên. "Cháu đã ăn hết rồi đấy." Đây chính là cậu bé đứng trong góc nhà, phó mặc mọi thứ và buồn rầu lúc tôi thấy cậu lần đầu tiên; một cậu bé không chịu tiếp xúc, giao lưu với những đứa trẻ khác; một cậu bé luôn cau mày nhăn nhó, không mảy may phản ứng lại mỗi khi tôi cù vào người cậu hay dụ cậu chơi một trò chơi nào đó. Giờ đây, chính cậu bé ấy đã lập tức nở một nụ cười ngoác miệng và bừng sáng. Điều này khiến mọi người trong bàn ăn đều vui lây. Hai mươi năm sau, khi đang ngồi viết những dòng này, hình ảnh đó vẫn khiến tôi rơi nước mắt. Sau đó, cậu cứ bám riết lấy vợ tôi như một chú cún con cho đến hết ngày, không để cô ấy rời khỏi tầm mắt của mình. Khi cô ấy ngồi xuống, cu cậu liền nhảy ngay vào lòng, cuộn mình lại và tự mở lòng ra với thế giới, tìm kiếm trong tuyệt vọng thứ tình cảm yêu thương mà cậu từng liên tục bị từ chối. Cuối ngày hôm ấy, mẹ cậu bé đã xuất hiện trở lại khá sớm. Cô ta bước xuống cầu thang, vào căn phòng mà chúng tôi đang quây quần trong đó đó. "Ôi chao, người mẹ siêu nhân" - cô ta bực bội thốt lên khi thấy con trai mình đang cuộn tròn trong lòng vợ tôi. Sau đó, cô ấy rời đi với trái tim u uất, đầy sát khí mãi không thay đổi, với

đứa con bất hạnh trong tay. Cô ấy là một nhà tâm lý học. Nhưng bạn đã thấy rõ rồi đấy. Chẳng có gì lạ khi mọi người thà bị mù còn hơn chứng kiến cảnh tượng ấy.

AI CŨNG GHÉT MÔN ĐẠI SỐ

Bệnh nhân điều trị của tôi thường đến gặp tôi để thảo luận về các vấn đề hằng ngày trong gia đình của họ. Những mối quan ngại thường nhật như thế cứ diễn ra âm ỉ. Sự việc xuất hiện thường xuyên và dễ đoán khiến chúng trở nên vặt vãnh. Nhưng bề ngoài vụn vặt ấy lại đánh lừa chúng ta: Chính những điều xảy ra ngày qua ngày mới thực sự tạo nên cuộc sống của chúng ta và thời gian mà chúng ta bỏ ra cứ thế sẽ tăng dần lên với tốc độ đáng báo động. Một người cha gần đây đã kể cho tôi nghe về rắc rối mà ông gặp phải khi dỗ con ngủ mỗi đêm[36] - một nghi thức thường tiêu tốn đến 45 phút vật lộn. Chúng ta hãy cùng tính toán. 45 phút mỗi ngày nhân với bảy ngày mỗi tuần. Tổng cộng là 300 phút hay tương đương năm giờ đồng hồ tuần. Năm giờ cho mỗi tuần trong bốn tuần của tháng - tổng cộng là 20 giờ mỗi tháng. Mất 20 giờ mỗi tháng nhân với 12 tháng là 240 giờ mỗi năm. Nó tương đương với một tháng rưỡi so với chuẩn tuần làm việc 40 giờ.

Khách hàng của tôi đã phải mất một tháng rưỡi "giờ công" mỗi năm để "chiến đấu" một cách vô ích và vất vả với cậu con trai của mình. Khỏi phải nói, đôi bên đều khốn khổ vì nó. Bất kể bạn có thiện ý ra sao, hay có tính khí dịu dàng và khoan dung đến thế nào, bạn cũng sẽ không tài nào duy trì nổi mối quan hệ tốt đẹp với người mà bạn phải dành ra một tháng rưỡi giờ công mỗi năm để chiến đấu. Sự oán giận là điều không thể tránh khỏi. Thậm chí nếu không như thế, thì mọi thứ đều bị lãng phí, và khoảng

thời gian khó chịu ấy đáng ra có thể được dùng cho một hoạt động năng suất hơn, hữu ích hơn, dễ chịu hơn và thú vị hơn. Ta nên hiểu những tình huống này như thế nào đây? Lỗi lầm nằm ở đâu, ở đứa bé hay phụ huynh của nó? Lỗi này do tự nhiên hay xã hội? Và ta có thể làm gì được không?

Một số người quy những vấn đề trên cho người lớn, bất kể do cha mẹ hay do xã hội rộng lớn kia. "Không có đứa trẻ nào hư" - họ nghĩ như thế, "chỉ có cha mẹ tồi mà thôi". Khi hình ảnh đứa trẻ trong sạch lý tưởng hóa in sâu vào tâm trí, ý niệm này dường như được minh chứng một cách trọn vẹn. vẻ đẹp, sự cởi mở, niềm vui sướng, lòng tin và khả năng được yêu thương đặc trưng ở trẻ em đã khiến ta dễ dàng quy tội hoàn toàn cho người lớn trong tình huống này. Nhưng thái độ như thế viển vông đến mức ngây thơ và nguy hiểm. Nó quá một chiều khi áp dụng cho trường hợp cha mẹ có một đứa con trai hay con gái cực kỳ khó chiều. Việc quy toàn bộ sự tha hóa của con người cho xã hội mà không suy xét cũng không phải là quan điểm đúng đắn nhất. Kết luận ấy chỉ đơn thuần thay thế vấn đề tại thời điểm đó. Nó không giải thích được điều gì và cũng chẳng giải quyết được vấn đề nào. Nếu xã hội suy đồi nhưng lại không bao gồm các cá nhân trong đó, thì sự suy đồi bắt nguồn từ đâu? Nó lan truyền ra sao? Đó là một ý thức hệ hoàn toàn một chiều.

Thậm chí rắc rối hơn nữa là sự quả quyết nảy sinh một cách logic từ định kiến về sự suy đồi của xã hội, rằng mọi vấn đề cá nhân, dù cá biệt đến đâu, phải được giải quyết bằng cách tái cấu trúc văn hóa dù có triệt để thế nào chăng nữa. Xã hội chúng ta đang phải đối mặt với những lời kêu gọi ngày càng gia tăng rằng hãy phân nhỏ các truyền thống vốn dĩ ổn định nhằm bao hàm cả một số lượng ngày càng giảm những người không - hoặc sẽ không - phù hợp với các phạm trù vốn là nền tảng cho các quan niệm

của chúng ta. Điều này không tốt chút nào. Rắc rối riêng của từng người không thể được giải quyết bằng một cuộc cách mạng xã hội, vì các cuộc cách mạng đều gây ra bất ổn và nguy hiểm. Chúng ta đã học được cách sống cùng nhau và tổ chức các cộng đồng xã hội phức tạp của mình dần dần từng bước một, qua những khoảng thời gian dài đằng đẵng mà chúng ta không hiểu chính xác tại sao mình cứ luôn bận rộn với những việc mình đang làm. Do đó, việc thay đổi lối sống của xã hội một cách thiếu thận trọng, nhân danh một số khẩu hiệu mang tính ý thức hệ nào đó (sự đa dạng nảy ra trong tâm trí) có thể rất lợi bất cập hại, nếu xét đến những đau khổ mà ngay cả những cuộc cách mạng nhỏ cũng thường sinh ra.

Ví dụ, liệu luật ly hôn được phổ biến đến mức đáng kể vào thập niên 1960 có thực sự là điều tốt? Tôi không rõ cuộc sống của những đứa trẻ bị mất sự ổn định sẽ ra sao với loại tự do giả định mà nỗ lực khai phóng này mở ra. Nỗi kinh hoàng khủng khiếp lẩn khuất sau những bức tường mà tổ tiên chúng ta đã khôn ngoan xây nên. Chúng ta đã phá dỡ nó và gây nguy hiểm cho chính mình. Trong vô thức, chúng ta đang trượt trên một lớp băng mỏng, bên dưới là những dòng nước lạnh giá nơi những con quái vật không tưởng đang ẩn nấp.

Tôi nhận thấy những bậc cha mẹ ngày nay khiếp sợ con cái họ, nhất là vì họ được xem là các tác nhân trực tiếp của sự độc đoán giả định này trong xã hội, đồng thời phủi sạch công lao của họ trong vai trò những nhân tố rộng lượng, cần thiết giúp đem lại tính kỷ luật, trật tự và khuôn mẫu. Họ sống một cách bức bối và e dè trong bóng đêm quá đỗi hùng mạnh của đặc tính thanh thiếu niên thời thập niên 1960, một thập kỷ mà những kẻ sống quá quắt đã dẫn đến sự yếu kém chung ở tuổi trưởng thành, một sự hoài nghi không cần suy xét đối với sự tồn tại của thứ sức mạnh thích đáng,

cũng như không thể phân biệt giữa sự hỗn loạn ấu trĩ và sự tự do có trách nhiệm. Điều này đã làm gia tăng mức độ nhạy cảm của cha mẹ đối với những đau khổ nhất thời trong cảm xúc của con cái, trong khi gia tăng nỗi sợ làm tổn hại con trẻ đến mức đau đớn và phản tác dụng. Bạn có thể phản bác rằng thế vẫn tốt hơn là ngược lại - nhưng có những thảm họa lẩn khuất trong những thái cực của từng sự mai một đạo đức.

KẺ TÀN ÁC TI TIỆN

Người ta nói rằng mỗi cá nhân đều là môn đồ có ý thức hay vô thức của một triết gia có tầm ảnh hưởng nào đó. Người ta tin rằng trẻ em có một tâm hồn vốn dĩ trong sáng, chỉ là chúng bị văn hóa và xã hội làm tổn hại. Tiêu biểu là quan điểm mà triết gia người Pháp sống tại Geneve, Jean-Jacques Rousseau, ở thế kỷ XVIII đã đưa ra. Rousseau là người tin tưởng nhiệt thành vào tầm ảnh hưởng mang tính suy đồi của xã hội loài người cũng như chế độ tư hữu. Ông tuyên bố rằng không có gì là cao quý và tuyệt vời như con người sống trong một nhà nước tiền văn minh. Đồng thời, ý thức được sự bất lực của mình với tư cách một người cha, ông đã từ bỏ cả năm đứa con của mình và gửi chúng cho sự khoan dung dịu dàng nhưng chết người của các cô nhi viện thời bấy giờ.

Tuy nhiên, kẻ tàn ác cao thượng là Rousseau lại mô tả nó như một lý tưởng - một sự trừu tượng, nguyên mẫu và ngoan đạo - chứ không phải một thực tại máu mủ mà lẽ ra phải thế. Đứa trẻ Thần thánh (Divine Child) hoàn hảo như trong thần thoại luôn ngụ trong trí tưởng tượng của chúng ta. Nó là một tiềm năng của tuổi trẻ, là người hùng mới chào đời, là kẻ vô tội bị mang tiếng xấu và là đứa con trai thất lạc của một chân vương. Đứa trẻ ấy là điềm báo về sự bất tử đi kèm với những trải nghiệm sơ khai nhất

của chúng ta. Nó là Adam, người đàn ông hoàn hảo, không hề mang tội lỗi khi sánh bước cùng Thượng Đế trong Vườn Địa đàng, trước khi Sa đọa. Nhưng con người là cái ác cũng như là cái thiện và bóng tối mãi bao trùm trong tâm hồn chúng ta cũng choán lấy một phần không nhỏ ở bản thể non trẻ của mỗi người. Nhìn chung, mọi người đều phát triển theo tuổi đời, thay vì trở nên tồi tệ; họ tử tế hơn, chu đáo hơn và ổn định về mặt cảm xúc hơn khi trưởng thành. Tình trạng bắt nạt diễn ra ở trường học rất phổ biến và thường rất khủng khiếp, nhưng lại hiếm khi hiện diện ở xã hội trưởng thành. Bóng tối và tình trạng vô chính phủ trong tác phẩm *Lord of the Flies* của William Golding (tựa tiếng Việt: *Chúa ruồi)* là một lý giải kinh điển.

Thêm nữa, có rất nhiều bằng chứng trực tiếp cho thấy nỗi kinh hoàng trong hành vi của con người không thể dễ dàng bị quy cho lịch sử hay xã hội. Thay vì thế, chúng đã được nhà linh trưởng học Jane Goodall khám phá ra - theo cách đau đớn nhất - bắt đầu từ năm 1974, khi bà tìm hiểu được rằng những con tinh tinh yêu dấu của bà có khả năng và sẵn sàng giết lẫn nhau (xin được dùng từ ngữ phù hợp với loài người). Do bản chất xấu xa đến mức gây sốc và tầm quan trọng to lớn về nhân chủng học của khám phá này, bà đã bí mật quan sát chúng trong nhiều năm, sợ rằng sự tiếp xúc của bà với động vật sẽ khiến chúng thể hiện hành vi phi tự nhiên. Thậm chí sau khi bà công bố ghi chép của mình, vẫn có nhiều người không tin. Tuy nhiên, mọi người đã sớm sáng tỏ nhận ra rằng những gì bà quan sát thấy không hề hiếm gặp.

Xin được nói thẳng: Tinh tinh tiến hành chiến tranh giữa các bầy. Hơn nữa, chúng còn làm thế với sự tàn bạo hầu như không tưởng tượng nổi. Giống tinh tinh trưởng thành điển hình mạnh gấp hai lần so với con

người, dù chúng có kích thước nhỏ hơn chúng ta. Goodall đã có chút kinh khiếp khi báo cáo rằng những con tinh tinh mà bà nghiên cứu có thể cắn xé dây cáp thép và những cần gạt cứng. Những con tinh tinh thực sự đã xé nhau thành từng mảnh. Và chúng đã làm thế. Ta không thể đổ lỗi cho xã hội loài người và những công nghệ tiên tiến của nó. Bà viết: "Thường mỗi khi tỉnh giấc trong đêm, những hình ảnh kinh hoàng ấy cứ thế choán lấy tâm trí tôi - Satan [tên một con tinh tinh mà bà quan sát bấy lâu] khum tay xuống dưới cằm Sniff để uống dòng máu đang trào ra từ một vết thương sâu trên mặt… Jomeo xé một mảnh da ra khỏi đùi của Dé; Figan đánh đấm liên hồi vào cơ thể dặt dẹo và run rẩy của Goliath, một trong những người hùng thuở ấu thơ của nó." Các băng nhóm nhỏ của những con tinh tinh vị thành niên, chủ yếu là con đực, lang thang dọc ranh giới lãnh thổ của chúng. Nếu chúng bắt gặp những kẻ ngoại lai (thậm chí cả những con tinh tinh mà chúng từng biết - những kẻ từng rời khỏi một nhóm mà hiện đã quá đông) và nếu chúng đông hơn, thì băng đảng này sẽ tấn công và tiêu diệt đối phương chẳng chút thương xót. Tinh tinh hầu như không có cái "siêu bản ngã", và thật khôn ngoan khi nhớ rằng khả năng tự chủ của con người cũng có thể bị đánh giá quá cao. Sự nghiên cứu tỉ mỉ như trong cuốn sách gây sốc và kinh hoàng *The Rape of Nanking* (tạm dịch: *Vụ hãm hiếp Nam Kinh)* của Iris Chang, trong đó mô tả hành động tàn sát tàn bạo của quân xâm lược Nhật Bản tại một thành phố Trung Quốc, sẽ thức tỉnh ngay cả một kẻ viển vông u mê nhất. Và đó là ta chưa bàn đến Đơn vị 731, một đơn vị chuyên nghiên cứu chiến tranh sinh học bí mật của Nhật Bản vào thời điểm ấy. Đừng dại mà đọc về họ. Tôi đã cảnh báo bạn rồi đấy.

Những kẻ săn bắt-hái lượm cũng tỏa ra nhiều sát khí hơn những láng giềng thành thị, công nghiệp hóa của họ, bất chấp đời sống cộng đồng và

địa phương hóa. Tỷ lệ giết người hằng năm ở nước Anh hiện nay khoảng 1/100.000. Ở Mỹ cao hơn từ bốn đến năm lần và ở Honduras thì cao gấp 90 lần, tỷ lệ ghi nhận cao nhất trong bất kỳ quốc gia hiện đại nào. Nhưng bằng chứng thuyết phục này cho thấy con người ngày càng trở nên ôn hòa hơn chứ không phải ngược lại, bởi theo thời gian, xã hội càng lúc càng lớn mạnh và có tổ chức hơn. Những thổ dân! *Kung* tại châu Phi, được Elizabeth Marshall Thomas trìu mến gọi là "những người vô hại" vào thập niên 1950, có tỷ lệ giết người hằng năm là 40/100.000; tỷ lệ này đã giảm hơn 30% sau khi họ chịu sự cai quản của nhà nước. Đây là ví dụ nhằm chứng minh rằng các cấu trúc xã hội phức tạp đóng vai trò giảm thiểu chứ không làm trầm trọng thêm các xu hướng bạo lực của con người. Theo báo cáo, bộ tộc Yanomami tại Brazil vốn nổi tiếng với bản tính hiếu chiến của họ, có tỷ lệ giết người hằng năm là 300/100.000, nhưng con số này vẫn chưa phải là cao nhất. Các cư dân của bộ tộc Papua, New Guinea, giết hại lẫn nhau ở tỷ lệ từ 140/100.000 đến 1.000/100.000 mỗi năm. Tuy nhiên, kỷ lục hóa ra lại được nắm giữ bởi bộ tộc Kato, một dân tộc bản địa tại California, với 1.450/100.000 người đã chết vì bạo lực trong khoảng năm 1840.

Vì giống như bao người khác, trẻ em không chỉ biết ngoan ngoãn mà thôi; ta không thể cứ thế bỏ mặc chúng với các công cụ của chính chúng mà không bị xã hội tác động, để rồi phát triển rực rỡ thành một người hoàn hảo. Ngay cả loài chó cũng phải được cho giao lưu nếu chúng muốn được chấp nhận là thành viên trong bầy - và trẻ em thì phức tạp hơn loài chó rất nhiều. Điều này đồng nghĩa với việc chúng có khả năng lầm đường lạc lối ở mức độ phức tạp hơn nếu không được đào tạo, đưa vào khuôn phép và động viên đúng cách. Điều này có nghĩa ta không chỉ sai khi quy mọi

khuynh hướng bạo lực của con người cho những biểu hiện bệnh lý của cấu trúc xã hội. Nếu làm thế, ta sẽ sai lầm đến mức gần như tụt hậu. Quá trình xã hội hóa mang tính sống còn sẽ ngăn chặn nhiều tác nhân gây hại và nuôi dưỡng nhiều điều tốt. Trẻ em phải được định hình và uốn nắn, nếu không, chúng sẽ không thể phát triển. Thực tế này được thể hiện rõ nét trong hành vi của chúng: Mọi đứa trẻ đều mong muốn được bạn bè lẫn người lớn chú ý đến mức tuyệt vọng, vì sự chú ý đó sẽ dẫn đường cho chúng trở thành những thành viên hữu dụng, tinh tế của cộng đồng - một điều hết sức cần thiết.

Trẻ em có thể bị làm cho hư hỏng nếu chúng quá thiếu thốn sự chú ý - không kém khi chúng bị ngược đãi về tinh thần hay thể xác. Đây là sự hư hỏng do thiếu sót chứ không phải là do vi phạm, nhưng nó cũng nghiêm trọng và dai dẳng không kém. Trẻ em bị làm hư khi các bậc phụ huynh "rộng lượng" đến mức vô tâm không dạy bảo chúng trở nên nhạy bén, tinh ý và tỉnh táo, mà cứ để mặc chúng trong trạng thái vô thức và không được rèn giũa. Trẻ bị làm hư khi những người có trách nhiệm chăm sóc chúng e sợ bất kỳ sự mâu thuẫn hay khó chịu nào, đến mức không còn dám sửa sai cho chúng và bỏ mặc chúng không được chỉ bảo. Tôi có thể nhận ra những đứa trẻ như thế trên đường phố. Chúng đờ đẫn, mơ màng và lơ đãng. Chúng trông ủ dột và ngờ nghệch chứ không hề sáng láng và hạnh phúc. Chúng là những khối đá chưa được mài giũa, mắc kẹt trong trạng thái chờ đợi vĩnh viễn.

Những đứa trẻ như thế thường bị các bạn đồng trang lứa ngó lơ. Đó là vì chơi với chúng chẳng vui chút nào. Người lớn cũng thường thể hiện thái độ như thế (tuy họ sẽ chối đây đẩy nếu bị hỏi dồn). Trong khoảng thời gian mới bắt đầu sự nghiệp, tôi làm việc trong các nhà trẻ. Những đứa trẻ

tương đối luộm thuộm sẽ tìm đến tôi trong nỗi tuyệt vọng, với điệu bộ lóng ngóng và ngây ngô như cỏ dại; chúng không biết giữ khoảng cách phù hợp và chẳng có tính đùa vui thân thiện nào. Chúng sẽ ngồi phịch xuống ngay bên cạnh - hoặc sà luôn vào lòng tôi, bất kể tôi đang làm gì - do bị thúc đẩy bởi khao khát mạnh mẽ được người lớn chú ý không gì lay chuyển được - một chất xúc tác cần thiết cho sự phát triển xa hơn. Rất khó để không phản ứng bằng sự bực bội, thậm chí chán ghét đối với những đứa trẻ như vậy và tính trẻ con kéo dài quá lâu của chúng - thật khó để không đẩy chúng sang một bên - mặc dù tôi cảm thấy rất buồn cho chúng và cũng hiểu rõ tình thế khó khăn của chúng. Tôi tin rằng cách đối phó ấy - tuy có thể nghiệt ngã và tồi tệ - sẽ là một tín hiệu cảnh báo từ trong tâm mà hầu như ai cũng từng trải qua, cho thấy mối nguy hiểm tương đối của việc thiết lập mối quan hệ với một đứa trẻ hòa nhập xã hội kém: Khuynh hướng phụ thuộc tức thời và không phù hợp (mà đáng ra nên là trách nhiệm của bậc cha mẹ) cùng với nhu cầu đòi hỏi về thời gian cũng như nguồn lực rất lớn để chấp nhận sự phụ thuộc như thế. Đối diện với tình huống này, những đồng bạn có vẻ thân thiện và những người lớn biết quan tâm nhiều khả năng sẽ chuyển hướng chú ý của họ sang việc tương tác với những đứa trẻ khác mà tỷ lệ giữa phí tổn và lợi ích - xin nói thẳng - thấp hơn rất nhiều.

CHA MẸ HAY BẠN BÈ

Bỏ bê và ngược đãi là một phần thiết yếu của các phương thức kỷ luật được tổ chức kém hoặc thậm chí hoàn toàn không được tổ chức và có thể là do chủ tâm - được thúc đẩy bởi động cơ rõ ràng, có ý thức (nếu đi chệch hướng) của cha mẹ. Nhưng thông thường, cha mẹ hiện đại chỉ đơn thuần

chết sững trước nỗi sợ hãi rằng họ sẽ không còn được con cái của mình yêu mến hoặc thậm chí yêu thương, nếu họ trừng phạt chúng vì bất cứ lý do gì. Họ muốn có tình bạn của con cái hơn tất cả và sẵn sàng hy sinh sự tôn trọng để có được nó. Điều này không tốt. Một đứa trẻ sẽ có nhiều bạn bè, nhưng chỉ có hai phụ huynh mà thôi - nếu có - và cha mẹ quan trọng hơn hẳn bạn bè. Bạn bè sẽ bị hạn chế ở quyền chỉnh đốn. Do đó, mỗi bậc cha mẹ cần học cách dung thứ cho cơn giận nhất thời hoặc thậm chí thù hằn mà con cái trực tiếp hướng về họ sau khi đã có biện pháp sửa đổi cần thiết, bởi vì khả năng nhận thức hoặc quan tâm của đứa trẻ đối với hậu quả lâu dài vẫn còn hạn chế. Cha mẹ là những vị trọng tài trong xã hội. Họ dạy trẻ cách cư xử để người khác có thể tương tác với chúng một cách có ý nghĩa và hiệu quả.

Đó là hành động thể hiện trách nhiệm kỷ luật một đứa trẻ. Nó không phải sự tức giận đối với hành vi sai trái. Nó không phải là sự trả đũa cho một hành vi xấu. Thay vì thế, đó là sự kết hợp thận trọng giữa lòng khoan dung với sự suy xét lâu dài. Phép kỷ luật đúng đắn đòi hỏi nhiều nỗ lực - đúng hơn là đồng nghĩa với nỗ lực. Thật khó mà không chú ý cẩn thận đến trẻ em. Thật khó để phân biệt được đúng hay sai và vì sao lại thế. Thật khó để thiết lập và dung hòa các sách lược kỷ luật, cũng như bàn bạc về tính ứng dụng của chúng với người khác trong vấn đề liên quan sâu sắc đến chăm sóc trẻ em. Chính do sự kết hợp giữa trách nhiệm và khó khăn này mà bất kỳ ý kiến nào cho rằng "mọi sự kìm kẹp đối với trẻ em đều gây hại" sẽ được hoan nghênh quá lố. Một khi quan niệm này được chấp nhận, nó sẽ cho người lớn biết rõ rằng tốt hơn hết họ nên từ bỏ bổn phận phụng sự của mình như những cầu nối hòa nhập xã hội và giả vờ rằng làm thế sẽ tốt cho bọn trẻ. Đó là hành động tự lừa dối sâu sắc và nguy hại. Hành động

ấy rất lười nhác, độc ác và không thể dung thứ. Và khuynh hướng hợp lý hóa của chúng ta vẫn chưa kết thúc ở đó.

Chúng ta đinh ninh rằng các quy luật sẽ không ngăn cản được trí sáng tạo vô biên tồn tại trong mỗi đứa trẻ, mặc dù các tài liệu khoa học đã chỉ ra rõ ràng rằng: Thứ nhất, trí sáng tạo vượt ngoài mức vụn vặt thông thường là rất hiếm gặp; và thứ hai, những giới hạn nghiêm khắc sẽ tạo thúc đẩy thay vì ức chế thành tựu sáng tạo. Niềm tin vào yếu tố phá hoại thuần túy của các quy luật và cấu trúc thường kết hợp với ý kiến cho rằng trẻ em tự có những lựa chọn phù hợp về thời gian ngủ nghỉ, về món ăn nếu bản chất hoàn hảo của đứa trẻ cho phép chúng tự thể hiện ra. Đây cũng là những giả định vô căn cứ không kém. Trẻ em hoàn toàn có khả năng ăn bánh kẹp xúc xích, gà rán và cả ngũ cốc ăn sáng hiệu Froot Loops để no bụng, nếu làm thế giúp chúng thu hút được sự chú ý, mang lại quyền lực hoặc bảo vệ chúng tránh phải thử bất kỳ điều gì mới mẻ. Thay vì ngoan ngoãn và thư thái đi ngủ, đứa trẻ sẽ trằn trọc suốt đêm cho đến khi lả đi vì kiệt sức. Chúng cũng rất sẵn lòng chọc tức người lớn khi khám phá ra những tình huống phức tạp trong môi trường xã hội, giống như những con tinh tinh non cứ trêu chọc các con trưởng thành trong bầy. Việc quan sát hậu quả của hành động trêu chọc và chế giễu cho phép tinh tinh lẫn trẻ em khám phá ra giới hạn của cái có thể là sự tự do quá phi cấu trúc và đáng sợ. Một khi được phát hiện ra, các giới hạn ấy sẽ mang lại sự an tâm, ngay cả khi phát hiện ấy khiến chúng thất vọng hoặc chán nản nhất thời.

Khi con gái tôi lên hai, tôi nhớ mình đã đưa con bé đến sân chơi. Khi con bé đang chơi trên các thanh xà và treo mình giữa không trung, có một đứa nhóc láu cá đặc biệt thích gây sự trạc tuổi con gái tôi, đứng ngay trên thanh xà mà con bé đang bám lấy. Tôi nhìn thấy cu cậu tiến về phía con

bé. Chúng tôi nhìn nó không rời mắt. Thằng bé chầm chậm giẫm lên hai bàn tay con bé, càng lúc càng mạnh hơn hết lần này đến lần khác trong khi cứ nhìn tôi chằm chằm. Nó biết chính xác mình đang làm những gì. Nó nghĩ nó là bố thiên hạ cơ đấy! Nó tự kết luận rằng người lớn thật đáng khinh và nó có thể an tâm mà xem thường họ. (Thật đáng buồn là số mệnh đã định nó trở thành một kẻ như thế.) Quả là một tương lai vô vọng mà bố mẹ thằng bé đã an bài cho nó. Trước nỗi sửng sốt ghê gớm và có ích cho thằng bé, tôi đã nhấc cả người nó ra khỏi khuôn viên sân chơi và ném nó xuống đất từ độ cao 9 mét.

Đùa thôi, tôi không làm thế đâu! Tôi đã đưa con gái của mình đến chỗ khác chơi. Nhưng sẽ tốt cho thằng bé hơn nếu tôi quật nó xuống.

Hãy hình dung một đứa trẻ mới biết đi cứ liên tục đánh vào mặt mẹ nó. Làm sao nó có thể làm vậy? Đó là một câu hỏi ngu ngốc. Ngây ngô không chấp nhận được. Câu trả lời rõ rành rành, là để đàn áp mẹ nó. Để xem thử nó có thể thoát được nếu làm thế không. Suy cho cùng, bạo lực chẳng có gì huyền bí cả. Hòa bình mới là điều bí ẩn. Bạo lực là điều nghiễm nhiên. Bạo lực rất dễ. Hòa bình mới khó: Bạn phải học hỏi, rèn luyện và giành lấy nó. (Người ta cứ hay đặt ra những câu hỏi ngược đời về tâm lý học căn bản. Tại sao người ta dùng ma túy? Chẳng có gì huyền bí cả. Nếu họ không dùng tí nào mới là khó hiểu. Tại sao người ta cứ hay âu lo? Chẳng có gì huyền bí cả. Làm sao họ có thể cứ điềm tĩnh thế mãi? Đó mới là chuyện khó hiểu. Chúng ta ai cũng mong manh dễ vỡ và đều phải chết. Hàng triệu thứ có thể đi sai hướng, theo hàng triệu cách khác nhau. Chúng ta sẽ sợ phát khiếp lên mỗi phút mỗi giây. Nhưng chúng ta không làm thế. Câu trả lời cho sự chán nản, lười biếng và phạm tội cũng tương tự.)

Nếu tôi có thể làm tổn thương và khuất phục bạn, thì bước tiếp theo,

tôi có thể làm chính xác những gì tôi muốn ngay khi tôi muốn, dù cho bạn đang ở ngay đó. Tôi có thể giày vò bạn để làm nguôi sự tò mò của bản thân. Tôi có thể khiến bạn không còn được chú ý và áp chế bạn. Tôi có thể trộm đồ chơi của bạn. Đầu tiên, trẻ em đánh người là do thói hung hăng bẩm sinh ở chúng - mặc dù yếu tố này nổi trội hơn ở một số cá nhân và ít hơn ở một số khác; thứ hai là vì sự hung hăng mở đường cho khao khát. Thật ngốc khi cho rằng hành vi ấy phải học mới có được. Một con rắn không cần được dạy để mổ. Đó là bản năng của loài vật. Theo thống kê, những đứa bé hai tuổi là lớp người bạo lực nhất. Chúng đấm, đá, cắn và giật đồ chơi của bạn. Chúng làm như vậy để khám phá, để biểu lộ sự oán giận và nỗi thất vọng, để thỏa mãn những ham muốn bốc đồng của chúng. Quan trọng hơn, cụ thể trong trường hợp này, chúng làm vậy là để khám phá ra đâu là giới hạn thực sự của hành vi được cho phép. Còn cách nào khác để chúng thắc mắc xem điều gì được chấp nhận? Trẻ nhỏ cũng giống như người mù dò dẫm tìm một bức tường. Chúng phải đẩy, phải kiểm tra để xem các ranh giới thực sự nằm ở đâu (và ranh giới nào rất ít khi ở đúng nơi chúng hay được nhắc đến).

Sự chỉnh đốn nhất quán của hành động ấy sẽ chỉ ra các giới hạn hung hăng có thể chấp nhận được ở một đứa trẻ. Sự vắng mặt của nó chỉ làm gia tăng sự tò mò - đứa trẻ sẽ cứ đánh, cắn và đá nếu chúng hung dữ và chiếm ưu thế hơn, cho đến khi một điều gì đó định ra giới hạn. "Mình có thể đánh mẹ đau đến mức nào? - Cho đến khi mẹ phản đối." Trong trường hợp này, hành động chỉnh đốn xuất hiện càng sớm càng tốt (nếu kết quả mong muốn sau cùng của cha mẹ là không để bị tấn công). Sự chỉnh đốn cũng giúp đứa trẻ biết rằng đánh người khác là hạ sách trong xã hội. Nếu không có sự chỉnh đốn ấy, sẽ chẳng có đứa trẻ nào trải qua quá trình nỗ lực

thiết lập và điều chỉnh các cơn bốc đồng của nó, để những cơn bốc đồng ấy có thể cùng tồn tại mà không xung đột trong tâm hồn của nó, cũng như trong một thế giới xã hội rộng lớn hơn. Đây không chỉ đơn giản là vấn đề sắp xếp lại suy nghĩ.

Khi mới chập chững biết đi, con trai tôi cực kỳ xấu tính. Lúc con gái tôi còn nhỏ, tôi có thể làm cho con bé chết sững chỉ với một cái liếc nhìn dữ tợn. Cách răn đe này lại không có tác dụng gì với con trai tôi. Cu cậu ỷ đã có mẹ (một người quá dễ tính) chăm bẵm ở bàn ăn từ khi mới chín tháng tuổi. Thằng bé đánh cả mẹ nó để giành quyền kiểm soát chiếc thìa. Chúng tôi đã nghĩ: "Tốt thôi!" Dù sao chúng tôi cũng chẳng muốn đút cho thằng bé ăn thêm một phút giây nào nữa, trừ khi cần thiết. Nhưng thằng nhóc quấy rối này chỉ ăn được ba bốn thìa đầy. Sau đó, cu cậu sẽ chơi đùa. Cu cậu khuấy tung thức ăn của mình trong bát. Rồi cậu sẽ đặt bát lên trên mặt ghế ăn cao, thả xuống và nhìn chiếc bát rơi xuống sàn nhà. Cũng chẳng sao cả. Nó đang khám phá mà. Nhưng rồi thằng bé ăn không đủ no. Và vì không ăn đủ no nên nó cũng không ngủ đủ giấc. Đến nửa đêm, cu cậu khóc thét lên và đánh thức cha mẹ mình. Rồi họ trở nên gắt gỏng và bực tức. Thằng bé chống lại mẹ mình, và cô ấy lại đổ lên đầu tôi. Đó là chiều hướng không hay chút nào.

Sau vài ngày diễn ra tình trạng làm hư con này, tôi quyết định lấy chiếc thìa trở lại. Tôi đã sẵn sàng cho một cuộc chiến. Tôi đã dành đủ thời gian cho nó rồi. Một người trưởng thành kiên nhẫn có thể trị được một đứa nhóc lên hai, dù điều đó thật khó tin. Đúng như câu nói: "Thâm niên và mưu mẹo luôn có thể đánh bại tuổi trẻ và tài năng." Điều này một phần là vì khi bạn hai tuổi, thời gian là vô tận. Nửa giờ của tôi bằng cả một tuần của con trai tôi. Tôi cầm chắc mình sẽ thắng lợi. Thằng bé cứng đầu kinh

khủng. Nhưng tôi còn có thể tệ hơn. Chúng tôi ngồi xuống, mặt đối mặt, với chiếc bát trước mặt thằng bé. Hệt như một cảnh trong bộ phim *Trưa hè nóng bỏng (High Noon)*. Thằng bé biết và tôi cũng biết. Thằng bé cầm chiếc thìa lên. Tôi lấy thìa từ tay nó và múc một thìa cháo ngô ngon lành. Tôi thận trọng đưa nó đến miệng thằng bé. Cu cậu nhìn tôi hệt như tôi là con quái vật bàn chân ở sân chơi vậy. Nó bặm chặt môi và cau mày, không chịu để tôi đút thìa vào. Tôi đưa thìa đuổi sát miệng thằng bé, còn nó cứ xoay tít đầu hết vòng này đến vòng khác.

Nhưng tôi đã thủ sẵn nhiều mánh lới khác. Tôi cù vào ngực thằng bé bằng tay còn rảnh, tính toán sao cho khiến nó khó chịu. Thằng bé chẳng hề nhúc nhích. Tôi lại tiếp tục làm thế, hết lần này đến lần khác. Không mạnh lắm - nhưng sao cho nó không thể phớt lờ. Sau hơn mười cù như thế, thằng bé mở miệng định la lên để thể hiện sự phẫn nộ. Ha! Cu cậu đã mắc sai lầm. Tôi nhanh tay đút thìa vào. Cu cậu liều cố dùng lưỡi đẩy hết thức ăn ra ngoài. Nhưng tôi cũng biết cách đối phó với chuyện đó. Tôi đưa ngón trỏ chặn ngang môi thằng bé. Một phần thức ăn bị rơi ra ngoài và nó phải nuốt phần còn lại. Một bàn thắng cho ông Bố! Tôi vỗ nhẹ lên đầu thằng bé và bảo rằng nó là một cậu bé ngoan. Và tôi khen thật lòng. Khi ai đó làm điều mà bạn đang cố gắng bắt họ làm, hãy tưởng thưởng cho họ. Bạn cũng đừng thù hằn sau khi chiến thắng. Sau một giờ, mọi thứ đã xong xuôi. Có sự giận dữ. Có vài tiếng than khóc. Vợ tôi phải rời khỏi phòng. Không khí đầy căng thẳng. Nhưng thằng bé đã ăn hết thức ăn. Con trai tôi kiệt sức, ngã gục trong lòng tôi. Rồi chúng tôi cùng nhau đánh một giấc. Khi thức dậy, thằng bé còn yêu mến tôi nhiều hơn trước cả khi bị rèn vào khuôn phép.

Đây là điều tôi thường quan sát thấy khi chúng tôi đối đầu - và không

chỉ với thằng bé. Không lâu sau, chúng tôi trao đổi việc trông trẻ với một cặp vợ chồng khác. Mọi đứa trẻ sẽ được tập hợp tại một nhà. Sau đó, một cặp cha mẹ đi ra ngoài ăn tối hoặc xem phim và để lại những đứa trẻ chưa đến ba tuổi ấy cho cặp còn lại trông nom. Một tối nọ, một cặp cha mẹ khác đã tham gia cùng chúng tôi. Tôi không quen con trai của họ, một cậu bé cao to và mạnh mẽ.

Người bố nói rằng: "Nó không chịu ngủ đâu. Nó sẽ luôn bò ra khỏi giường và xuống cầu thang sau khi anh cho nó ngủ. Chúng tôi thường mở phim *Elmo* và cho nó xem."

"Mình chẳng có cách nào khen thưởng một đứa trẻ cứng đầu với hành vi không thể chấp nhận được như thế", tôi nghĩ, "và mình chắc chắn rằng sẽ không cho đứa nào xem phim *Elmo*". Tôi luôn ghét con rối rợn người hay than vãn ấy. Nó đúng là nỗi xấu hổ trong di sản của Jim Henson. Nên sẽ không có chuyện thưởng bằng phim *Elmo*. Tất nhiên là tôi không nói ra như thế. Tôi sẽ không nói gì với hai vị phụ huynh này về con của họ - cho đến khi họ sẵn sàng lắng nghe.

Hai giờ sau, chúng tôi cho bọn trẻ đi ngủ. Bốn trong năm đứa nhanh chóng thiếp đi - ngoại trừ đứa nghiện xem phim con rối Muppet. Nhưng tôi đã đặt thằng bé vào một chiếc nôi để nó không trốn ra được. Nhưng nó vẫn có thể gào lên và đúng là nó đã làm thế. Thật lắm trò. Đó là sách lược hay ho của thằng bé. Nó làm ồn và đe dọa đánh thức tất cả bốn đứa còn lại, để rồi chúng sẽ bắt đầu kêu gào theo. Một bàn thắng cho chú nhóc. Thế rồi tôi bước vào phòng ngủ. "Nằm xuống ngay", tôi nói. Nhưng vô ích. Tôi nói tiếp: "Nằm xuống, nếu không chú sẽ đè con xuống đấy." Lý sự với trẻ em thường chẳng được tích sự gì, đặc biệt trong những tình huống như thế, nhưng tôi vẫn tin vào lời cảnh báo trước. Tất nhiên, thằng nhóc

không chịu nằm xuống. Nhóc lại gào la hòng đạt mục đích của mình.

Trẻ em thường làm như thế. Còn cha mẹ lại nghĩ rằng con mình luôn luôn khóc vì buồn bã hoặc đau đớn. Điều này sai hẳn. Tức giận là một trong những lý do phổ biến để chúng khóc. Những phân tích tỉ mỉ về khuôn mẫu cơ mặt của những đứa trẻ đang khóc đã khẳng định điều này. Khóc do tức giận và khóc do buồn bã không giống nhau. Tiếng khóc nghe cũng không giống nhau và nếu chú ý kỹ, ta có thể phân biệt được. Khóc do tức giận thường là hành động thể hiện sự thống trị và cần được giải quyết bằng sự chi phối. Tôi nhấc thằng bé lên và đặt nó nằm xuống. Nhẹ nhàng. Kiên nhẫn. Nhưng kiên quyết. Thằng bé bật dậy. Tôi đặt nó nằm xuống. Nó bật dậy. Tôi lại đặt nó nằm xuống. Nó bật dậy tiếp. Lần này, tôi đặt nó xuống và giữ tay mình trên lưng thằng bé. Nó cựa quậy dữ dội nhưng không thành. Xét cho cùng, thằng bé chỉ to bằng 1/10 kích thước của tôi. Tôi có thể túm lấy cu cậu bằng một tay. Thế nên, tôi giữ yên thằng bé nằm xuống, điềm đạm nói với cu cậu rằng nó là một đứa bé ngoan và nên nghỉ ngơi đi. Rồi tôi dỗ dành và vỗ nhè nhẹ lên lưng thằng bé. Cu cậu bắt đầu thư giãn. Đôi mắt dần khép lại. Và tôi buông tay ra.

Nhưng thằng bé liền bật dậy ngay, tôi ấn tượng quá. Đúng là đứa trẻ có nghị lực! Tôi nâng "ông" nhóc lên và lại đặt nó nằm xuống. "Nằm xuống nào, tiểu yêu", tôi nói. Tôi lại vỗ vỗ lên lưng nó còn nhẹ nhàng hơn. Một số đứa trẻ thích được vỗ về như thế. Thằng bé bắt đầu mệt. Dường như cu cậu đã sẵn sàng đầu hàng. Mắt nó khép lại. Tôi đứng dậy và nhanh chóng im lặng đi thẳng ra cửa. Tôi liếc mắt nhìn lại để kiểm tra tình hình thằng bé lần cuối cùng. Nó lại đứng dậy rồi. Tôi đưa tay chỉ vào nó và nói: "Nằm xuống, đồ tiểu yêu", và tôi có ý như vậy thật. Thằng bé nằm xuống ngay lập tức. Tôi đóng cửa. Chúng tôi rất mến nhau. Đêm hôm ấy, cả tôi lẫn vợ

tôi không còn nghe thấy tiếng thằng bé nữa.

Sau khi bố thằng bé về nhà, anh ta hỏi tôi rằng: "Thằng bé thế nào hả anh?" Tôi bảo: "Tốt. Chẳng có vấn đề gì cả. Nó đang ngủ rất say."

"Nó có tỉnh dậy không anh?", người cha hỏi tiếp.

"Không, nó ngủ say cả đêm ấy chứ", tôi trả lời.

Người cha nhìn tôi trân trân như muốn biết có chuyện gì. Nhưng anh ấy không hỏi. Và tôi cũng chẳng kể làm gì.

Người xưa thường nói: "Đàn gảy tai trâu." Còn bạn có thể nghĩ rằng câu ấy cay nghiệt quá. Nhưng "huấn luyện" để con mình không ngủ ban đêm và thưởng cho nó xem mấy trò hề của một con rối rợn người ư? Như thế còn cay nghiệt hơn. Bạn có lựa chọn của bạn và tôi cũng có lựa chọn của tôi.

KỶ LUẬT VÀ TRỪNG PHẠT

Cha mẹ ngày nay rất khiếp hãi hai từ đi đôi với nhau: kỷ luật và trừng phạt. Chúng gợi lên hình ảnh của những nhà giam, binh lính và ủng nhà binh. Khoảng cách giữa người chấp hành kỷ luật với kẻ bạo chúa, hay giữa hình phạt với tra tấn thực sự rất dễ nhầm lẫn. *Kỷ luật* và *trừng phạt* phải được cân nhắc cẩn thận. Nên nếu sợ hãi cũng chẳng có gì ngạc nhiên. Nhưng cả hai đều cần thiết. Chúng có thể được áp dụng một cách vô ý hoặc cố ý, xấu hoặc tốt, nhưng không có cách nào thoát được việc áp dụng chúng.

Không phải là không thể áp dụng kỷ luật bằng phần thưởng. Thực ra, việc khen thưởng dành cho hành vi tốt có thể rất hiệu quả. Nhà tâm lý hành vi nổi tiếng, B.F. Skinner, là người rất ủng hộ phương thức này. Ông

là chuyên gia trong lĩnh vực này. Ông đã dạy chim bồ câu chơi bóng bàn, mặc dù chúng chỉ lăn quả bóng qua lại bằng cách dùng mỏ để mổ vào quả bóng. Nhưng chúng vẫn là chim bồ câu. Nên tuy chúng chơi tệ, nhưng điều đó vẫn tốt. Skinner thậm chí còn dạy bầy chim của ông điều khiển tên lửa suốt Thế chiến II trong Dự án Chim Bồ câu (sau này gọi là Orcon). Ông đã trải qua một chặng đường dài trước khi người ta phát minh ra hệ thống dẫn đường điện tử, khiến cho thành quả của ông trở nên lỗi thời.

Skinner quan sát những con vật mà ông rèn luyện để thực hiện những hành động như thế với sự chăm sóc đặc biệt. Bất kỳ hành động nào cũng đều gần giống những gì ông nhắm đến và lập tức kèm theo một phần thưởng vừa vặn: Không quá nhỏ để trở thành vô ích và cũng không quá lớn để làm hạ thấp những phần thưởng trong tương lai. Phương thức này có thể được áp dụng cho trẻ em, và rất hiệu quả. Hãy hình dung bạn nhờ đứa con mới tập đi của mình phụ dọn bàn. Đó là một kỹ năng hữu ích. Bạn sẽ yêu mến thằng bé hơn nếu nó làm được điều ấy. Như thế sẽ tốt hơn cho lòng tự trọng của nó (thật rùng mình làm sao). Vậy nên, bạn phân nhỏ hành vi nhắm đến thành các phần nhỏ. Một khoản trong việc dọn bàn là mang đĩa từ tủ chén đến rồi đặt lên bàn. Ngay cả việc ấy cũng có thể quá phức tạp. Có thể con bạn chỉ mới đang tập đi được vài tháng. Thằng bé vẫn còn chao đảo và đi đứng không được vững cho lắm. Vì vậy, bạn bắt đầu huấn luyện bằng cách đưa cho nó một chiếc đĩa và yêu cầu nó đưa trả lại cho mình. Tiếp đến bạn có thể xoa đầu nó. Nhưng bạn cũng có thể biến đây thành một trò chơi. Hãy đưa bằng tay trái và bắt bằng tay phải. Rồi xoay một vòng quanh lưng bạn. Sau đó, bạn có thể đưa cậu bé một chiếc đĩa và đi lùi về sau vài bước để cu cậu bước theo vài bước trước khi trả nó lại cho bạn. Hãy tập luyện để cậu nhóc trở thành một nghệ sĩ dọn đĩa.

Đừng để nó mắc kẹt trong sự vụng về.

Bạn có thể dạy cho hầu như bất kỳ ai với phương thức như thế. Trước tiên, hãy nghĩ xem bạn muốn gì. Sau đó, hãy quan sát mọi người xung quanh bằng đôi mắt tinh tường như "diều hâu". Cuối cùng, mỗi khi trông thấy bất cứ điều gì giống như thứ bạn muốn, hãy chộp lấy (nhớ rằng bạn là diều hâu đấy) và tặng một phần thưởng. Con gái của bạn đã trở nên dè dặt khi bước sang tuổi thiếu niên. Bạn muốn con bé trò chuyện nhiều hơn. Đó chính là mục tiêu: một cô con gái hoạt bát hơn. Một buổi sáng nọ, con bé chia sẻ một câu chuyện ở trường trong bữa sáng. Đây là thời điểm tuyệt diệu để ta chú ý. Đó là phần thưởng. Hãy ngưng nhắn tin và lắng nghe con bé, trừ khi bạn không muốn con bé kể gì với mình nữa.

Sự can thiệp của phụ huynh có thể khiến bọn trẻ vui vẻ hơn hẳn cũng như nên được sử dụng để định hình hành vi. Điều này cũng có thể áp dụng với vợ chồng, đồng nghiệp và cha mẹ bạn. Nhưng Skinner là người thực tế. Ông lưu ý phần thưởng rất khó áp dụng: Người quan sát phải chờ đợi kiên nhẫn đến khi mục tiêu tự thể hiện hành vi đúng như mong muốn rồi mới củng cố nó. Điều này đòi hỏi rất nhiều thời gian, rất nhiều đợi chờ và đó chính là vấn đề. Ông còn phải để những con chim của mình nhịn đói đến mức chỉ còn 3/4 trọng lượng cơ thể ban đầu, trước khi chúng thực sự dành đủ sự chú ý đến phần thưởng thức ăn. Nhưng đây không chỉ là những thiếu sót duy nhất của cách tiếp cận tích cực thuần túy.

Giống như cảm xúc tích cực, các cảm xúc tiêu cực cũng giúp chúng ta học hỏi. Chúng ta cần phải học vì chúng ta khờ dại và rất dễ sa ngã. Chúng ta có thể chết. Điều đó thì không hay và chúng ta không thoải mái khi nghĩ về nó. Nhưng nếu thoải mái, chúng ta sẽ tìm đến cái chết và rồi chúng ta sẽ chết. Chúng ta thậm chí không vui với cái chết ngay cả khi nó chỉ *có thể*

xảy ra. Bao giờ cũng thế. Vì lẽ đó, cảm xúc tiêu cực - với mọi sự khó chịu của chúng - sẽ bảo vệ chúng ta. Chúng ta cảm thấy đau đớn, sợ hãi, xấu hổ và ghê tởm nên mới có thể tránh khỏi sa ngã. Và chúng ta nhạy cảm với những cảm xúc như thế. Thực ra, chúng ta thường cảm thấy tiêu cực hơn khi mất đi một phần nào đó so với cảm thấy tích cực khi có được một phần tương tự. Nỗi đau thường mạnh mẽ hơn niềm vui và nỗi lo lắng cũng giằng xé hơn hy vọng.

Những cảm xúc tích cực lẫn tiêu cực đều có hai biến thể hữu ích khác nhau. Sự hài lòng (đúng ra là thỏa mãn) cho thấy những gì chúng ta đã làm là tốt, trong khi niềm hy vọng (đúng ra là phần thưởng khích lệ) cho thấy điều gì đó dễ chịu đang đến. Nỗi đau khiến ta bị tổn thương, nên chúng ta sẽ không lặp lại hành động nào làm tổn hại bản thân hay bị xã hội cô lập (vì đúng ra cô độc cũng là một dạng nỗi đau). Nỗi lo lắng khiến chúng ta tránh xa những kẻ gây tổn thương và những nơi tệ hại, để chúng ta không phải cảm thấy đau khổ nữa. Tất cả những cảm xúc này phải cân bằng với nhau và được đánh giá kỹ dựa trên bối cảnh, nhưng chúng ta đều cần tất thảy xúc cảm ấy để tồn tại và phát triển. Do đó, chúng ta sẽ báo hại con cái mình nếu không sử dụng bất cứ điều gì sẵn có để giúp chúng học hỏi, kể cả cảm xúc tiêu cực, dù việc sử dụng này nên diễn ra theo cách khoan dung nhất có thể.

Skinner biết rằng mối đe dọa và hình phạt có thể ngăn chặn những hành vi không mong muốn, cũng giống phần thưởng dùng để củng cố cho những hành vi mong muốn. Trong một thế giới đời đẫn trước suy nghĩ can thiệp vào con đường được cho là sự phát triển tự nhiên còn nguyên sơ nơi con trẻ, thậm chí ta sẽ khó lòng thảo luận về các cách thức xưa cũ. Tuy nhiên, trẻ em sẽ không thể có một giai đoạn phát triển tự nhiên lâu dài

trước khi chúng trưởng thành, nếu hành vi của chúng không được định hình. Chúng sẽ nhảy ra khỏi ra khỏi lòng mẹ và sẵn sàng giao dịch cổ phiếu. Trẻ em cũng không thể được che chở hoàn toàn khỏi nỗi sợ hãi và nỗi đau. Chúng nhỏ bé và dễ bị tổn thương. Chúng không biết nhiều về thế giới. Thậm chí khi làm điều gì đó rất tự nhiên như học cách đi lại, chúng cũng liên tục bị thế giới vùi dập. Đó là chưa kể đến sự chán nản và chối bỏ mà chúng chắc chắn sẽ trải qua khi giao thiệp với anh chị em, các bạn đồng trang lứa hay những người lớn cứng rắn, không hợp tác. Do đó, câu hỏi đạo đức cơ bản không phải là làm sao che chở con cái hoàn toàn khỏi bất hạnh và thất bại - để chúng không bao giờ phải sợ hãi hay đau đớn - mà là làm sao tăng tối đa việc học hỏi của trẻ để chúng có thể tiếp thu được kiến thức hữu ích với cái giá thấp nhất.

Trong bộ phim *Công chúa ngủ trong rừng (Sleeping Beauty)* của hãng Disney, Đức vua và Hoàng hậu đã hạ sinh công chúa Aurora sau thời gian dài chờ đợi. Họ lên kế hoạch cho một buổi lễ rửa tội hoành tráng để cô công chúa nhỏ ra mắt thế giới. Họ chào đón tất cả những ai yêu thương và tôn vinh cô con gái bé nhỏ của họ. Nhưng họ lại không mời Maleficent (mụ phù thủy độc ác và hiểm độc), vốn là Nữ hoàng Hắc ám hay Bản thể của điều ác. Điều này mang nghĩa biểu tượng rằng hai vị vương hậu đã bảo vệ cô con gái yêu dấu của họ thái quá bằng cách dựng lên một thế giới không có bất kỳ điều nào tiêu cực quanh cô. Nhưng việc làm này lại không bảo vệ được cô công chúa. Nó khiến cho cô trở nên yếu đuối. Maleficent đã nguyền rủa công chúa, định rằng cô sẽ chết vào năm 16 tuổi bởi đầu nhọn của một con thoi quay sợi. Con quay sợi ở đây chính là bánh xe số phận; cú châm làm chảy máu tượng trưng cho sự thất tiết, một dấu hiệu cho thấy sự xuất hiện của một người phụ nữ từ hình hài của một bé gái.

May mắn thay, một nàng tiên tốt (yếu tố tích cực của Tự nhiên) đã giảm nhẹ hình phạt thành một cơn mê sâu và công chúa sẽ được cứu bằng nụ hôn đầu. Đức vua và Hoàng hậu hoảng hốt ra lệnh cấm kéo sợi trong cả vương quốc và giao đứa con gái của họ cho ba nàng tiên rất tốt bụng chăm sóc. Họ tiếp tục sách lược loại bỏ mọi thứ nguy hiểm - nhưng khi làm thế, họ đã vô tình khiến đứa con gái của mình càng trở nên ngây ngô, non trẻ và yếu đuối. Một ngày ngay trước sinh nhật lần thứ 16 của Aurora, cô đã gặp một hoàng tử trong rừng và ngay lập tức đem lòng yêu chàng trai ấy. Điều này có hơi quá dù xét theo bất kỳ chuẩn mực hợp lý nào. Sau đó, cô công chúa than khóc ầm ĩ trước thực tế là cô ấy sẽ phải lấy Hoàng tử Philip, người đã được đính ước từ khi cô còn bé, và cô suy sụp tinh thần khi được đưa về tòa lâu đài của cha mẹ để chuẩn bị cho tiệc sinh nhật của mình. Chính khi ấy, lời nguyền của Maleficent hiệu nghiệm. Một cánh cổng ở trong tòa lâu đài mở ra, một con quay sợi xuất hiện, ngón tay của Aurora bị mũi thoi đâm vào và cô rơi vào giấc ngủ dài. Cô trở thành "Công chúa ngủ trong rừng". Khi làm thế (một lần nữa, nói theo cách tượng trưng), Aurora đã chọn cách ngủ mê trước những khủng bố của cuộc đời trưởng thành. Một điều gì đó tương tự cũng rất thường xảy ra với những trẻ em bị bảo bọc quá mức, khiến chúng trở nên yếu đuối - và mong muốn có được hạnh phúc trong vô thức - khi lần đầu thực sự tiếp xúc với thất bại, hoặc tệ hơn là mối hiểm độc thực sự, điều mà chúng không hiểu, hoặc sẽ không hiểu và chẳng có sự phòng vệ nào.

Hãy lấy trường hợp một đứa trẻ ba tuổi chưa được học cách chia sẻ. Cô bé thể hiện hành vi ích kỷ của mình khi có mặt bố mẹ, nhưng họ lại quá tử tế, không chịu can thiệp. Thành thực mà nói thì họ không chịu chú ý hay thừa nhận những gì đang xảy ra và không chịu dạy cô bé cách hành xử

đúng đắn. Tất nhiên là họ khó chịu khi cô bé không biết sẻ chia với chị mình, nhưng họ vẫn giả vờ rằng mọi thứ đều ổn. Nhưng thật ra là không ổn. Sau đó, họ sẽ gắt gỏng với cô bé vì chuyện gì đó hoàn toàn không liên quan. Cô bé sẽ bị tổn thương và bối rối, nhưng lại chẳng học được gì. Tệ hơn là khi cô bé cố gắng kết bạn, kết quả sẽ chẳng tốt đẹp vì bé thiếu sự tinh tế trong giao tiếp xã hội. Bọn trẻ đồng trang lứa sẽ lảng tránh vì cô bé không có khả năng hợp tác. Chúng sẽ đánh nhau với bé hoặc bỏ đi và tìm một người khác để chơi cùng. Cha mẹ của những đứa trẻ này sẽ quan sát thấy sự vụng về lẫn cử chỉ không hay của cô bé và sẽ không mời cô bé quay lại để chơi với bọn trẻ nữa. Cô bé sẽ cô độc và bị chối bỏ. Điều ấy sẽ tạo ra nỗi lo lắng, thất vọng và bực dọc. Nó sẽ tạo ra sự chuyển biến trong cuộc sống giống hệt mong ước được hôn mê sâu.

Những cha mẹ nào không thừa nhận trách nhiệm kỷ luật con cái sẽ nghĩ rằng họ có thể rút lui khỏi những cuộc xung đột cần thiết cho việc nuôi dạy con đúng đắn. Họ tránh trở thành kẻ xấu (trong ngắn hạn). Nhưng họ không hề giải cứu hay bảo vệ con mình khỏi nỗi sợ hãi và đau đớn. Mà ngược lại: Một thế giới đầy phán xét và vô tâm của xã hội rộng lớn ngoài kia sẽ mang đến xung đột và trừng phạt nghiêm trọng hơn nhiều so với những gì mà các bậc cha mẹ tỉnh táo đem lại. Bạn có thể kỷ luật con cái mình, hoặc có thể chuyển trách nhiệm đó cho thế giới vừa khắc nghiệt vừa vô tâm kia - và đừng bao giờ nhầm lẫn động cơ dẫn đến quyết định này với tình yêu thương.

Bạn có thể phản đối, như những bậc cha mẹ hiện đại vẫn làm: Vì sao một đứa trẻ phải *trở thành* đối tượng cho những mệnh lệnh độc đoán của cha mẹ? Thực tế, có một biến thể mới về tư duy chính trị đúng đắn, theo đó cho rằng một ý tưởng như vậy là "chủ nghĩa trưởng thành": Một hình

thức thành kiến và áp đặt giống như khi nói về chủ nghĩa phân biệt chủng tộc hay phân biệt giới tính. Câu hỏi về thẩm quyền của người lớn phải được giải đáp thấu đáo. Điều này đòi hỏi một sự đánh giá tường tận đối với câu hỏi ấy. Việc chấp nhận lời phản đối đã được đưa ra, tức là chấp nhận một nửa sự hợp pháp của nó và điều đó có thể nguy hại nếu câu hỏi được giả định sai. Hãy mổ xẻ nó ra.

Thứ nhất, tại sao *đối tượng* lại là một đứa trẻ? Dễ hiểu thôi! Mỗi một đứa trẻ buộc phải lắng nghe và vâng lời người lớn vì chúng phụ thuộc vào sự chăm sóc mà một hoặc nhiều người trưởng thành vẫn còn khiếm khuyết sẵn sàng dành cho chúng. Vì lẽ này, tốt hơn là để trẻ em hành xử sao cho chúng mời gọi được sự chú ý và thiện chí đúng nghĩa. Một điều gì đó tốt đẹp ngoài sức tưởng tượng. Đứa trẻ có thể hành xử sao cho vừa đảm bảo được sự quan tâm nhiều nhất của người lớn, vừa có lợi cho tình trạng hiện tại và sự phát triển trong tương lai của nó. Đó là một tiêu chuẩn lý tưởng, nhưng cũng là vì lợi ích cao nhất của đứa trẻ, nên ta có mọi lý do để mong đợi điều đó.

Mỗi đứa trẻ cũng nên được dạy cách tuân thủ một cách lịch sự đối với những kỳ vọng của cộng đồng dân sự. Điều này không có nghĩa là nhồi nhét sự tuân thủ mang tính ý thức hệ vào đầu chúng mà không suy xét. Thay vì thế, cha mẹ phải khen thưởng những thái độ và hành động giúp mang lại thành công cho mình trong thế giới bên ngoài gia đình mình, đồng thời áp dụng biện pháp đe dọa và trừng phạt khi cần thiết để loại bỏ các hành vi dẫn đến đau khổ và thất bại. Rất ít cơ hội để bạn đạt được điều này, nên điều quan trọng là hãy sớm hiểu đúng vấn đề. Nếu một đứa trẻ không được dạy cách cư xử đúng mực khi chúng mới lên bốn tuổi, thì chúng sẽ mãi gặp khó khăn trong việc kết bạn. Các tài liệu nghiên cứu đã

làm sáng tỏ điều này. Nó quan trọng vì bạn bè là nguồn xã hội hóa chính yếu cho quãng đời sau năm bốn tuổi. Những đứa trẻ bị chối bỏ sẽ ngừng phát triển vì sẽ bị bạn bè đồng trang lứa xa lánh. Sau đó, chúng sẽ tiếp tục sa ngã trong khi những đứa trẻ khác cứ tiến bộ. Do vậy, những đứa trẻ không có bạn bè thường sẽ trở thành một thiếu niên hay người lớn cô đơn, khó gần hay trầm cảm. Điều này không hề tốt. Đa phần sự minh mẫn ở chúng ta là kết quả từ sự hòa hợp đầy may mắn vào cộng đồng xã hội - dù chúng ta ít khi nhận ra. Chúng ta phải liên tục được nhắc nhở hãy suy nghĩ và hành động đúng đắn. Khi chúng ta buông thả, chính những người quan tâm và yêu mến ta sẽ nhẹ nhàng lay tỉnh chúng ta và đưa ta quay trở lại con đường đúng đắn. Vì vậy, tốt hơn chúng ta nên có những người như thế quanh mình.

Quay trở lại câu hỏi ban đầu, không phải mọi mệnh lệnh của người lớn đều độc đoán. Điều đó chỉ đúng trong một nhà nước toàn trị bất toàn. Nhưng ở những xã hội cởi mở và văn minh, đa số con người sẽ tuân theo một khế ước xã hội thiết thực nhằm mục đích cải thiện lẫn nhau - hoặc chí ít là họ tồn tại kề cận nhau mà không xảy ra quá nhiều bạo lực. Thậm chí một hệ thống các quy luật vốn chỉ dành cho khế ước tối thiểu đó cũng không mang tính độc đoán, đó là nếu có các lựa chọn thay thế. Nếu một xã hội không khen thưởng xứng đáng cho hành vi có lợi cho xã hội, kiên quyết phân phối các nguồn lực một cách vô cùng độc đoán và bất công, cho phép trộm cắp và bóc lột, thì nó sẽ không còn giữ được tình trạng phi xung đột bao lâu nữa. Nếu các hệ thống phân cấp của nó chỉ dựa trên (hoặc chủ yếu dựa trên) quyền lực thay vì năng lực cần thiết để thực hiện những nhiệm vụ quan trọng và khó khăn, thì nó cũng đang trên đà sụp đổ. Điều này thậm chí vẫn đúng với các hình thái xã hội đơn giản hơn, như ở

các hệ thống phân cấp của loài tinh tinh, vốn là ngụ ý về một sự thật rõ nét cơ bản, mang tính sinh học và phi độc đoán.

Trẻ em giao tiếp xã hội kém thường có cuộc sống tồi tệ. Vì vậy, trước hết chúng ta hãy giúp chúng hòa nhập xã hội một cách tốt nhất. Ta có thể tiến hành việc này một phần bằng cách khen thưởng, nhưng không phải tất cả. Vì vậy, vấn đề không phải là có nên sử dụng hình phạt hay đe dọa không, mà là phải làm điều đó một cách có ý thức và thấu đáo. Như vậy, cần đưa trẻ em vào khuôn phép như thế nào? Đây là câu hỏi rất khó, vì tính khí của trẻ em (và của cả cha mẹ) khác nhau rất nhiều. Một số đứa rất dễ đồng thuận. Chúng rất muốn làm vui lòng người khác, nhưng cái giá cho điều đó là khuynh hướng tránh xung đột và bị phụ thuộc. Những đứa khác cứng đầu hơn và độc lập hơn. Những đứa trẻ này luôn muốn làm những gì mình muốn và mỗi khi mình muốn. Chúng có thể hay thách thức, không vâng lời và bướng bỉnh. Một số đứa lại đòi hỏi những quy tắc lẫn khuôn mẫu và hài lòng ngay cả trong những môi trường khắc nghiệt. Những đứa trẻ khác, vốn khó đoán và khác với lệ thường, lại miễn nhiễm đối với những yêu cầu về trật tự cần thiết dù là nhỏ nhất. Một số trẻ em có trí tưởng tượng vô cùng phong phú và sáng tạo, số khác lại cứng nhắc và bảo thủ hơn. Trên đây là tất cả những điểm khác biệt sâu sắc, quan trọng bị ảnh hưởng nặng nề bởi các yếu tố sinh học và rất khó điều chỉnh về mặt xã hội. Thật may là khi đối mặt với sự đa dạng như thế, chúng ta là những người hưởng lợi từ việc nghiền ngẫm thấu đáo cách sử dụng đúng đắn phương thức kiểm soát xã hội.

VŨ LỰC LÀ ĐIỀU TỐI THIỂU CẦN THIẾT

Sau đây là một ý kiến mở màn thẳng thắn: Không nên mở rộng các quy

luật quá mức cần thiết. Nói cách khác, luật lệ tồi sẽ làm mất đi sự tôn trọng dành cho luật lệ tốt. Đây là vấn đề đạo đức, thậm chí pháp lý - tương đương với thuyết "Dao cạo Occam[37]", hay "máy chém quan niệm" của giới khoa học - cho rằng giả thuyết đơn giản nhất sẽ được ưa chuộng nhất. Vì thế, đừng đè nặng trẻ em - hoặc những người chấp hành kỷ luật ở chúng - bằng quá nhiều quy luật. Con đường đó sẽ dẫn đến sự chán nản mà thôi.

Hãy hạn chế các quy luật. Sau đó, hãy nhận ra mình phải làm gì khi một trong số chúng bị phá vỡ. Rất khó lập ra một quy định về mức độ trừng phạt chung và độc lập với bối cảnh. Tuy nhiên, một quy phạm hữu ích đã được lưu giữ trong thông luật Anh, một trong những sản phẩm vĩ đại của nền văn minh phương Tây. Bản phân tích về nó có thể giúp chúng ta thiết lập một nguyên tắc hữu ích thứ hai.

Thông luật Anh cho phép bạn bảo vệ các quyền lợi của mình, nhưng chỉ theo cách hợp lý. Nếu ai đó đột nhập vào nhà bạn, bạn có quyền lên đạn khẩu súng. Bạn có quyền tự bảo vệ, nhưng tốt hơn bạn nên làm theo từng giai đoạn. Nếu đó là gã hàng xóm say rượu vào nhầm nhà thì sao? "Hãy bắn hắn!" - bạn nghĩ thế. Nhưng điều đó không hề đơn giản. Thay vì thế, bạn nên nói rằng: "Dừng lại! Tôi có súng đấy." Nếu đối tượng không đưa ra lời giải thích hay rút lui, bạn có thể thận trọng bắn một phát cảnh báo. Sau đó, nếu thủ phạm vẫn tiến đến, bạn có thể nhắm bắn vào chân anh ta. (Lời khuyên về mặt pháp lý là đừng mắc sai lầm. Đây chỉ là một ví dụ.) Bạn có thể vận dụng một nguyên tắc thực tiễn tuyệt vời duy nhất để tạo ra tất cả những phản ứng ngày càng gay gắt dần nói trên: Vũ lực là điều cần thiết tối thiểu. Thế nên, giờ chúng ta có hai nguyên tắc chung về kỷ luật. Thứ nhất: Giới hạn các quy luật. Thứ hai: Sử dụng vũ lực khi tối cần thiết

để thực thi các quy luật đó.

Về nguyên tắc đầu tiên, bạn có thể thắc mắc: "Chính xác thì giới hạn các quy luật để làm gì?" Sau đây là một số gợi ý. Đừng cắn, đá hoặc đánh người, ngoại trừ để tự vệ. Đừng hành hạ và bắt nạt những đứa trẻ khác và bạn sẽ không phải bị "bóc lịch". Hãy ăn uống một cách văn minh và đầy biết ơn, để mọi người cảm thấy hạnh phúc khi mời bạn đến nhà và vui vẻ tiếp đãi bạn. Hãy học cách chia sẻ, để những đứa trẻ khác cùng chơi với bạn. Hãy chú ý khi người lớn bảo ban bạn để họ không ghét bạn và rồi có thể mong muốn dạy cho bạn điều gì đó. Hãy đi ngủ đúng giờ và nhẹ nhàng, để cha mẹ bạn có đời sống riêng tư và không oán trách về sự tồn tại của bạn. Hãy chăm lo cho những thứ thuộc về mình vì bạn cần phải học cách làm điều ấy và may mắn biết bao mới có được chúng. Hãy cùng chung vui khi có điều gì đó vui vẻ diễn ra để bản thân trở thành đối tượng được mời tham gia cuộc vui. Hãy hành xử sao cho người khác hạnh phúc khi có bạn ở bên, rồi mọi người đều sẽ muốn được ở bên bạn. Một đứa trẻ hiểu các quy luật này sẽ được chào đón ở bất cứ nơi đâu.

Về nguyên tắc thứ hai, vốn quan trọng không kém, câu hỏi của bạn có thể là: Sử dụng vũ lực khi thực sự cần là gì? Nguyên tắc này phải được thiết lập qua thực nghiệm, bắt đầu với sự can thiệp thấp nhất có thể. Một số đứa trẻ em sẽ "hóa đá" bởi một ánh nhìn giận dữ. Một mệnh lệnh bằng lời sẽ ngăn được một đứa khác. Một cái búng nhẹ từ ngón cái và ngón trỏ vào bàn tay nho nhỏ của con nít có thể cần thiết với vài đứa. Sách lược này đặc biệt hữu ích tại những nơi công cộng như nhà hàng. Bạn có thể thực hiện một cách dứt khoát, yên lặng và hiệu quả mà không leo thang rủi ro. Vậy còn phương án nào nữa? Một đứa trẻ đang khóc lóc giận dữ để đòi sự chú ý sẽ không khiến cho bản thân nó được yêu mến. Một đứa trẻ chạy

quanh các bàn ăn, phá tan không gian yên tĩnh của mọi người chỉ mang lại sự hổ thẹn ("disgrace" - một từ cổ nhưng mang nghĩa phù hợp) cho bản thân lẫn cha mẹ nó. Những hậu quả như thế cực kỳ tệ hại và trẻ em chắc chắn sẽ còn cư xử sai trái nữa ở nơi công cộng vì chúng đang thử nghiệm xem những quy tắc cũ có áp dụng tương tự ở nơi mới không. Chúng sẽ không giải quyết chuyện đó bằng lời, nếu chúng còn chưa đến ba tuổi.

Khi con chúng tôi còn bé, chúng tôi đưa bọn trẻ đến các nhà hàng và chúng thu hút những nụ cười. Chúng ngồi chỉnh tề và ăn uống lịch sự. Chúng không giữ được tác phong ấy quá lâu, nên chúng tôi cũng không để chúng ở đó thêm nữa. Khi chúng bắt đầu cảm thấy bồn chồn - sau khi ngồi được tầm 45 phút - chúng tôi biết đã đến lúc phải đi. Đó là một phần của thỏa thuận. Những người ngồi ăn gần đó chia sẻ với chúng tôi rằng thật tuyệt biết bao khi chứng kiến một gia đình hạnh phúc. Chúng tôi không phải lúc nào cũng vui vẻ và con cái của chúng tôi không phải lúc nào cũng cư xử đúng đắn. Nhưng phần nhiều là thế và thật tuyệt vời khi thấy mọi người phản ứng tích cực với sự hiện diện của chúng. Điều đó thực sự tốt cho trẻ em. Chúng có thể thấy mọi người yêu mến chúng. Điều này còn phát huy lối hành xử tốt của chúng. Đó là phần thưởng.

Mọi người sẽ thực sự yêu mến con bạn nếu bạn cho họ cơ hội. Tôi đã học được điều này ngay khi đứa cô gái đầu lòng Mikhaila của chúng tôi chào đời. Khi chúng tôi đưa con bé xuống phố trong chiếc xe đẩy nhỏ xinh, dạo chơi trong khu phố lao động Montreal của người Pháp, những thợ buôn gỗ nghiện rượu vốn cộc cằn sẽ dừng lại giữa đường và mỉm cười với con bé. Họ sẽ kêu gù gù, cười khúc khích và làm mặt hề. Nhìn cách mọi người phản ứng với trẻ con sẽ khôi phục lòng tin của bạn đối với bản chất của con người. Lòng tin đó sẽ tăng lên gấp bội khi con cái của bạn cư

xử đúng đắn ở nơi công cộng. Để đảm bảo việc này xảy ra, bạn phải rèn con cái của mình vào khuôn phép một cách cẩn thận và hiệu quả - và để làm được điều đó, bạn phải biết vài điều về cách khen thưởng và cả trừng phạt, thay vì quá ngại ngùng bổ sung hiểu biết của mình.

Một phần trong việc thiết lập mối quan hệ với con trai hoặc con gái của bạn là học xem bọn trẻ con ấy phản ứng với lối can thiệp bằng kỷ luật ra sao - rồi mới can thiệp sao cho hiệu quả. Bạn rất dễ nói ra những lời sáo rỗng từ cửa miệng như: "Không có lời bào chữa nào cho việc trừng phạt thể xác" hoặc "Đánh trẻ em đơn giản là dạy chúng cách đánh người khác". Hãy bắt đầu với tuyên bố đầu tiên: *Không có lời bào chữa nào cho việc trừng phạt thể xác*. Thứ nhất, chúng ta nên lưu ý về quan niệm phổ biến cho rằng một số hình thức cư xử không đúng, đặc biệt nếu cách cư xử liên quan tới việc trộm cắp và tấn công người khác, thì cả hai tội đều sai và phải bị xử phạt. Thứ hai, chúng ta nên lưu ý rằng hầu hết mọi hình thức xử phạt đều mang tính trừng phạt với nhiều hình thức tâm lý và thể xác trực tiếp. Sự tước đoạt quyền tự do cũng gây ra nỗi đau tương tự như vết thương về mặt thể xác. Biện pháp cách ly xã hội (kể cả giờ giới nghiêm) cũng giống như thế. Chúng ta biết về điều này nhờ môn khoa học thần kinh. Các vùng não sẽ phản ứng với cả ba biện pháp này và tất cả đều được cải thiện bởi cùng một loại thuốc có tên là opiate[38]. Bỏ tù rõ ràng là hình phạt thể xác - bị giam cầm cô lập hoàn toàn - ngay cả khi chẳng có hành vi bạo lực nào xảy ra. Thứ ba, chúng ta nên lưu ý rằng một số hành vi sai trái phải được ngăn chặn tức thời, có hiệu quả để điều tồi tệ hơn không xảy ra. Sự trừng phạt thích đáng cho những đứa trẻ thọc nĩa vào ổ cắm điện là gì? Còn những đứa nhóc giỡn tại bãi đỗ xe đông đúc trong siêu thị thì sao? Câu trả lời rất đơn giản: Bất cứ biện pháp gì để chấm dứt những

hành vi đó nhanh nhất, miễn là hợp lý. Vì lựa chọn khác có thể nguy hiểm chết người.

Trường hợp bãi đậu xe hay ổ cắm điện khá rõ ràng. Nhưng ta cũng có thể áp dụng cách tương tự trong xã hội và điều ấy đưa chúng ta đến điểm thứ tư liên quan đến những lời bào chữa cho hình phạt thể xác. Các hình phạt đối với hành vi sai trái (kiểu hành vi đáng lẽ đã được chấm dứt một cách hiệu quả từ thời thơ ấu) sẽ trở nên khắc nghiệt khi trẻ lớn lên. Nó sẽ duy trì ở mức độ không tương xứng với những đứa trẻ dưới bốn tuổi vẫn chưa được hòa nhập xã hội hiệu quả, cũng như với những đứa trẻ bị xã hội trừng phạt nghiêm trọng vào thời niên thiếu và ở giai đoạn dậy thì. Từ đó, những đứa trẻ bốn tuổi không bị kiềm tỏa thường là những đứa từng quá hung hăng theo đúng bản chất ở tuổi lên hai. Theo thống kê, chúng có xu hướng đấm, đá, cắn và cướp đồ chơi (về sau gọi là trộm cắp) cao hơn bạn bè đồng trang lứa. Chúng chiếm khoảng 5% ở bé trai và một tỷ lệ thấp hơn nhiều ở bé gái. Việc bắt chước câu nói "Không có lời bào chữa nào cho việc trừng phạt thể xác" mà không thèm suy nghĩ cũng nuôi dưỡng ảo tưởng rằng những thiên thần bé bỏng từng một thời ngây thơ có thể lột xác một cách thần kỳ thành lũ "nhóc quỷ" ở tuổi thiếu niên. Bạn sẽ chẳng giúp gì cho trẻ nếu cứ bỏ qua bất kỳ hành vi sai trái nào của chúng (đặc biệt nếu nó có tính khí hung hăng hơn hẳn).

Việc khăng khăng rằng *không có lời bào chữa nào cho việc trừng phạt thể xác* cũng (điểm thứ năm) giả định rằng từ *không* có thể được thốt ra sao cho hiệu quả với người khác, mà không cần đến sự đe dọa trừng phạt nào. Một người phụ nữ có thể nói *không* với một gã đàn ông thô bạo, chỉ biết đến mình chỉ bởi vì cô ấy có được sự ủng hộ từ chuẩn mực xã hội, luật pháp và nhà nước. Một vị phụ huynh có thể nói *không* với đứa con

muốn ăn chiếc bánh thứ ba vì họ lớn hơn, mạnh mẽ hơn và có năng lực hơn đứa trẻ đó (thêm nữa là được luật pháp và nhà nước hậu thuẫn cho quyền hạn ấy). Trong bước phân tích cuối cùng, ý nghĩa của từ *không* luôn là "Nếu bạn cứ tiếp tục làm thế, thì điều gì đó bạn không thích sẽ xảy đến với bạn". Nếu không thì từ *không* chẳng có ý nghĩa gì cả. Hay còn tệ hơn, điều đó thậm chí có nghĩa là "đám người lớn đáng bị phớt lờ lại lầm bầm thêm một điều vô nghĩa gì nữa". Hay tệ hơn nữa, điều đó còn có nghĩa là "tất cả đám người lớn đều yếu đuối và chẳng được tích sự gì". Đây là một bài học cực kỳ tồi tệ, trong khi số phận của mỗi đứa trẻ là phải trở thành người lớn, trong khi hầu hết mọi thứ chúng học được đều do người lớn chỉ bảo bằng cách làm gương hay ngụ ý mà không phải thông qua sự khó nhọc quá mức ở bản thân. Một đứa trẻ cứ phớt lờ người lớn và luôn khinh thường họ sẽ mong đợi điều gì? Vì sao nó phải lớn lên? Và đó chính là câu chuyện của cậu bé Peter Pan[39], người nghĩ rằng tất cả người lớn đều là những bản sao của thuyền trưởng Hook, một kẻ độc đoán và khiếp hãi cái chết của mình (luôn nghĩ về con cá sấu với chiếc đồng hồ tích tắc trong bụng). Trường hợp duy nhất từ *không* đơn giản nghĩa là *không,* mà lại vắng bóng bạo lực là khi nó được một người văn minh thốt ra với một người văn minh khác.

Thế còn quan điểm *đánh trẻ em đơn giản là dạy chúng cách đánh người khác thì sao?* Trước tiên: *Không phải như thế. Điều này là sai lầm*. Nó quá đơn giản. Đầu tiên, "đánh" là một từ rất giản dị để mô tả hành vi kỷ luật của một bậc phụ huynh biết điều. Nếu "đánh" mô tả chính xác toàn bộ phạm vi vũ lực về thể xác, thì sẽ chẳng có sự khác biệt nào giữa những giọt mưa và bom nguyên tử. Ở đây, cường độ rất quan trọng và bối cảnh cũng thế, nếu chúng ta không cố ý mù quáng và tỏ ra ngây thơ về vấn đề

này. Đứa trẻ nào cũng biết sự khác biệt giữa việc bị một con chó hung dữ vô cớ cắn mình với việc bị chú cún cưng ngoạm nhẹ khi nó đùa nghịch (nhưng lại bất cẩn) lấy đi mẩu xương của chú chó. Chúng ta khó mà bỏ qua mức độ nặng nhẹ và nguyên do của "cú đánh" khi nói về cú đánh ấy. Thời điểm, một phần của bối cảnh, cũng có tầm quan trọng then chốt. Nếu bạn cốc đứa con hai tuổi của mình bằng ngón tay ngay khi cậu nhóc dùng một khúc gỗ đánh lên đầu em bé, nó sẽ hiểu được mối liên hệ và chí ít sau này sẽ không dám đánh cô em lần nào nữa. Nghe như đó là một kết quả tốt. Cậu bé chắc chắn sẽ không dám nghĩ rằng mình nên đánh cô em nhiều hơn, khi nhớ đến hình ảnh người mẹ lấy ngón tay cốc cậu như một lời cảnh báo. Cậu ta không hề ngốc. Cậu ta chỉ ghen tỵ, bốc đồng và không quá tinh ranh. Và còn cách nào khác để bạn bảo vệ cô em gái của cậu nữa? Nếu bạn kỷ luật không hiệu quả, thì đứa bé gái sẽ phải chịu khổ. Có thể trong nhiều năm. Tình trạng bắt nạt vẫn sẽ tiếp tục vì bạn chẳng làm gì để ngăn chặn nó. Bạn sẽ tránh sự xung đột mà lẽ ra rất cần thiết chỉ để lập lại hòa bình. Bạn sẽ nhắm mắt làm ngơ. Và sau đó, khi đứa bé ít tuổi hơn đối mặt với bạn (thậm chí khi chúng trưởng thành), bạn sẽ chống chế rằng: "Cha/mẹ không bao giờ nghĩ rằng mọi chuyện lại như thế." Bạn chỉ không muốn biết mà thôi. Thế nên bạn mới không biết. Bạn chối bỏ trách nhiệm kỷ luật và biện minh cho điều đó bằng cách tiếp tục màn diễn "tốt bụng" của mình. Nhưng mỗi ngôi nhà bánh gừng ngọt ngào luôn có một mụ phù thủy bên trong để nuốt chửng trẻ em.

Vậy chúng ta còn lại gì? - Một quyết định kỷ luật hiệu quả hoặc không hiệu quả (nhưng không bao giờ là quyết định hoàn toàn bỏ qua việc kỷ luật, bởi vì tự nhiên và xã hội sẽ trừng phạt theo cách vô cùng hà khắc đối với bất kỳ sai phạm nào từ hành vi không được chỉnh đốn từ thời thơ ấu).

Sau đây là vài gợi ý thực tế: "Tạm nghỉ" có thể là hình thức xử phạt cực kỳ hiệu quả, đặc biệt khi đứa trẻ hư được hoan nghênh ngay khi chúng kiểm soát được tính khí của mình. Một đứa trẻ giận dữ cần ngồi một mình cho đến khi nó bình tĩnh lại. Sau đó, nó sẽ được cho phép trở lại cuộc sống bình thường. Điều đó nghĩa là đứa trẻ sẽ chiến thắng - thay vì cứ giận dữ. Quy tắc này là "Hãy đến với chúng ta ngay khi con biết cách cư xử". Đây là cách đối phó cực kỳ hữu hiệu đối với một đứa trẻ, cha mẹ và cả xã hội. Bạn có thể trò chuyện với bé nếu bé đã thực sự lấy lại sự tự chủ. Bạn sẽ yêu quý nó thêm lần nữa, bất kể hành vi sai trái ban đầu của nó. Nếu bạn còn giận trong lòng, có lẽ đứa trẻ đã không hoàn toàn ăn năn - hoặc có lẽ bạn nên làm điều gì đó nếu bản thân có khuynh hướng ôm chuyện cũ.

Nếu con của bạn rõ là một đứa nhóc quái ác, cứ chạy nhảy, cười nói lung tung khi được đặt trên bậc thang hoặc bị nhốt trong phòng mình, thì sự kiềm chế về thể xác có lẽ phải được thêm vào thông lệ "tạm nghỉ". Bạn có thể nắm lấy cánh tay đứa bé thật chặt nhưng hết sức cẩn thận, cho đến khi nó không còn vặn vẹo và chú ý đến bạn. Nếu vẫn không thành công, bạn nên chuyển sang dùng đầu gối của mình để giữ nó. Đối với đứa trẻ luôn cố đẩy bạn tới giới hạn bằng sự gắng gượng đáng kinh ngạc, thì một cú phát mạnh vào lưng có thể biểu thị mức độ nghiêm trọng cần thiết của một người lớn có trách nhiệm. Có vài tình huống mà ngay đến cách này cũng không đủ, một phần vì một số đứa trẻ rất lì lợm, hiếu động và cứng đầu, hoặc vì hành vi vi phạm thực sự nghiêm trọng. Và nếu không suy nghĩ thông suốt những điều ấy, thì bạn sẽ không hành động một cách có trách nhiệm với tư cách là bậc cha mẹ. Bạn đang rũ bỏ công việc khổ ải này cho người khác và người ấy sẽ khiến nó còn cam go hơn nữa.

TÓM LƯỢC CÁC NGUYÊN TẮC

Nguyên tắc kỷ luật 1: *Giới hạn lại các quy luật*.

Nguyên tắc 2: *Sử dụng vũ lực tối thiểu cần thiết*.

Nguyên tắc 3: *Cha mẹ nên đồng hành cùng nhau*.

Nuôi con nhỏ là công việc đòi hỏi cao và mỏi mệt. Vì lẽ đó, cha mẹ rất dễ mắc lỗi. Mất ngủ, nhịn đói, hậu quả sau một cuộc cãi vã, dư âm sau một cơn say, một ngày làm việc tồi tệ - bất kỳ điều nào trên đây cũng có thể khiến cho một người không còn thiết tha đến lý lẽ và nếu tất cả gộp lại sẽ khiến họ gây nguy hiểm cho người khác. Trong những tình huống này, cần phải có một ai đó kề bên quan sát, nhập cuộc và bàn luận. Điều này sẽ giúp làm giảm khả năng một đứa trẻ hay than khóc, kích động và một vị phụ huynh gắt gỏng, chán nản cùng đẩy nhau đến mức không thể vãn hồi. Cha mẹ nên đồng hành cùng nhau để ông bố của đứa trẻ mới sinh có thể trông nom người mẹ trẻ, giúp cô không kiệt sức và làm điều gì đó tuyệt vọng khi nghe tiếng đứa bé mới sinh của mình than khóc vì đau bụng suốt từ lúc 11 giờ tối hôm trước đến tận 5 giờ sáng hôm sau, liên tục trong 30 đêm liên tiếp. Tôi không nói rằng chúng ta hẹp hòi với các bà mẹ đơn thân, nhiều người trong số họ đã chiến đấu can trường đến mức không thể tin được - và một phần trong số họ đã tự thân thoát khỏi một mối quan hệ tàn nhẫn - nhưng điều đó không có nghĩa là chúng ta nên giả vờ rằng mọi hình thái gia đình đều có thể đứng vững như nhau. Không hề. Mà tùy thuộc từng giai đoạn mà thôi.

Sau đây là nguyên tắc thứ tư, một nguyên tắc tâm lý đặc biệt hơn cả: *Cha mẹ nên hiểu rằng họ có khả năng hà khắc, hiềm thù, kiêu ngạo, phẫn uất, giận dữ và lừa dối*. Rất ít người từ đầu đã định sẵn sẽ làm một công việc khủng khiếp như làm cha làm mẹ, nhưng lúc nào cũng có tình trạng nuôi nấng con cái tồi. Điều này là do người ta có khả năng làm việc xấu -

cũng như việc tốt - rất cao và bởi họ vẫn cố tình mù quáng trước thực tế ấy. Mọi người đều hung hăng và ích kỷ, mặc dù vẫn tốt bụng và chu đáo. Vì lý do này mà không một người trưởng thành nào - không loài dã nhân săn mồi có tôn ti trật tự nào - có thể thực sự chịu nổi việc bị một đứa bé mới sinh chi phối. Sự trả đũa rồi sẽ đến. Mười phút sau khi một cặp cha mẹ "quá ân cần và kiên nhẫn" thất bại trong việc ngăn cản cơn thịnh nộ của đám đông tại siêu thị, họ sẽ đáp trả lại đứa bé mới biết đi bằng thái độ lạnh nhạt khi chúng hớn hở chạy đến kể cho bố mẹ biết về một thành tích mới nhất. Khi cảm thấy đủ bẽ mặt, đủ bị cãi lời và bị thách thức sự thống trị, thì thậm chí cả những bậc cha mẹ được cho là vị tha nhất cũng sẽ oán giận. Và rồi hình phạt thực sự sẽ bắt đầu. Sự tức giận sinh ra khao khát trả đũa. Tình yêu thương cho đi đồng thời sẽ suy giảm, hoặc thậm chí đủ sự hợp lý để nó biến mất. Ta cũng sẽ nhận thấy ít cơ hội hơn cho sự phát triển cá nhân của trẻ. Một sự chuyển hướng tinh vi sẽ bắt đầu. Và đây chỉ là khởi đầu cho con đường dẫn đến mâu thuẫn gia đình toàn diện, diễn ra ngấm ngầm là chủ yếu, ẩn dưới vẻ ngoài bình thường và yêu thương giả tạo.

Tốt hơn ta nên tránh xa con đường mà nhiều người hay đi này. Một vị phụ huynh nhận thức nghiêm túc về sự khoan dung có giới hạn và khả năng hành xử sai trái khi bị khiêu khích của mình có thể nghiêm túc vạch ra một chiến lược kỷ luật thích hợp - đặc biệt nếu được một người bạn đời tỉnh táo không kém giám sát - và đừng bao giờ để mọi thứ chuyển biến xấu đến mức sự oán giận thực sự nảy sinh. Hãy cẩn thận. Những gia đình độc hại như thế hiện diện ở khắp nơi. Họ không đặt ra quy tắc và không hạn chế hành vi sai trái nào cả. Các bậc cha mẹ chửi bới tùy hứng và không đoán được. Trẻ em sống trong sự hỗn loạn ấy sẽ bị nghiền nát nếu

chúng rụt rè, hoặc làm loạn như tác dụng ngược nếu chúng cứng đầu. Điều đó không tốt. Nó có thể gây chết người.

Sau đây là nguyên tắc thứ năm và cũng là cuối cùng, phổ biến nhất. Cha mẹ có bổn phận hành động như những người chịu sự ủy thác của thế giới thực - những người được ủy nhiệm nhân từ và biết quan tâm - nhưng dù sao vẫn chỉ là những người thụ ủy. Nghĩa vụ này thế chỗ bất kỳ trách nhiệm nào để đảm bảo hạnh phúc, nuôi dưỡng sự sáng tạo hoặc thúc đẩy lòng tự trọng. Đó là trách nhiệm chính của cha mẹ để xã hội yêu quý con cái mình. Điều đó sẽ đem đến cơ hội, lòng tự trọng và sự an toàn cho đứa trẻ. Quan trọng hơn cả là việc nuôi dưỡng bản sắc cá nhân. Trong mọi trường hợp, ta chỉ có thể theo đuổi Chén Thánh sau khi lập ra được một xã hội có mức độ vi tế cao.

NHỮNG ĐỨA TRẺ NGOAN - VÀ BẬC PHỤ MẪU CÓ TRÁCH NHIỆM

Một đứa bé ba tuổi được hòa nhập xã hội đúng cách thường sẽ lịch sự và thu hút. Nó cũng chẳng dễ bị lợi dụng. Nó kích thích sự quan tâm ở những trẻ khác và được người lớn trân trọng. Nó tồn tại trong một thế giới nơi những đứa trẻ khác luôn chào đón nó và tranh nhau để có được sự chú ý của nó, còn người lớn thì vui vẻ khi trông thấy nó thay vì trốn sau những nụ cười giả tạo. Sẽ luôn có những người vui lòng giới thiệu nó với cả thế giới. Điều này sẽ giúp ích cho cá tính của nó sau này hơn bất kỳ thái độ khiếp nhược nào của các bậc cha mẹ nhằm tránh né xung đột và biện pháp kỷ luật thường ngày.

Hãy thảo luận với vợ chồng bạn, hoặc nếu không thì với một người bạn, về những điều mà bạn thích và không thích ở con cái mình. Nhưng cũng đừng e ngại nếu bạn có điều thích và không thích ở chúng. Bạn có

thể đánh giá điều hay điều dở, điều tốt điều xấu. Bạn nhận ra sự khác biệt giữa thiện và ác. Hãy làm rõ lập trường của mình - tự đánh giá tính nhỏ nhen, kiêu căng và oán giận trong lòng mình - và bạn có thể thực hiện bước tiếp theo, khiến cho con mình cư xử phải phép. Bạn chịu trách nhiệm đưa chúng vào khuôn phép. Bạn chịu trách nhiệm cho những sai sót không thể tránh khỏi khi áp dụng kỷ luật. Bạn có thể xin lỗi khi bạn sai và học cách làm sao cho tốt hơn.

Xét cho cùng, bạn vẫn yêu thương con mình. Nếu hành động của con bạn khiến bạn không ưa chúng, hãy nghĩ xem chúng sẽ ảnh hưởng đến người khác ra sao, những người ít yêu thương chúng hơn bạn. Họ sẽ trừng phạt chúng rất tàn nhẫn dù bằng cách hành động hay bỏ mặc. Đừng cho phép điều ấy xảy ra. Tốt hơn hãy để những con "quái vật nhỏ" của bạn biết điều gì đáng mong đợi ở chúng và điều gì không, rồi chúng sẽ trở thành những công dân tinh tế của thế giới ngoài phạm vi gia đình.

Một đứa trẻ biết chú ý, thay vì lơ ngơ, có thể chơi đùa mà không than khóc, hài hước mà không làm phiền, cũng như rất đáng tin cậy - đứa trẻ đó sẽ luôn có bạn bè ở bất cứ nơi nào chúng đến. Các thầy cô của nó cũng sẽ yêu thích nó như cha mẹ vậy. Nếu nó tỏ ra lễ phép với người lớn, nó sẽ được họ săn sóc, cùng cười đùa và vui vẻ chỉ bảo. Nó sẽ vươn mình từ một thế giới rất dễ trở nên lạnh nhạt, hiềm khích và thù địch. Các quy tắc rõ ràng sẽ giúp cho đứa trẻ được an toàn và giúp cha mẹ bình tĩnh, biết lý lẽ. Các nguyên tắc rõ ràng về kỷ luật và trừng phạt sẽ cân bằng giữa lòng độ lượng và công lý, nhằm phát huy tối ưu sự phát triển về mặt xã hội và sự trưởng thành về tâm lý. Các quy tắc kỷ luật rõ ràng cũng giúp đứa trẻ, gia đình và xã hội có thể thiết lập, duy trì và mở rộng trật tự vốn bảo vệ tất cả chúng ta khỏi những hỗn loạn và kinh hoàng của cõi bên kia, nơi mọi thứ

đều bất định, gây lo lắng, vô vọng và trầm uất. Một bậc cha mẹ tận tâm và can đảm không thể đem lại món quà nào tốt hơn thế.

Đừng để con bạn làm những điều khiến bạn không ưa chúng.

QUY LUẬT 6

ĐẶT NGÔI NHÀ BẠN TRONG MỘT TRẬT TỰ HOÀN HẢO TRƯỚC KHI CHỈ TRÍCH THẾ GIỚI

VẤN ĐỀ TÔN GIÁO

DƯỜNG NHƯ KHÔNG HỢP LÝ khi mô tả một thanh niên từng bắn chết 20 trẻ em và sáu nhân viên tại Trường Tiểu học Sandy Hook, Newtown, bang Connecticut vào năm 2012 là một con chiên ngoan đạo. Điều này cũng giống với tay súng tại rạp chiếu phim Colorado và những kẻ sát nhân tại trường Trung học Columbine. Những kẻ giết người này có vấn đề với thực tại hiện hữu trong sâu thẳm của tín ngưỡng. Như một thành viên trong bộ đôi gây thảm sát tại Columbine đã viết:

> *Nhân loại không đáng để tranh đấu, mà chỉ đáng để giết chóc. Hãy để cho Trái đất quay về với động vật. Chúng tất nhiên xứng đáng với thế giới hơn so với chúng ta. Chẳng có gì ý nghĩa hơn thế.*

Những người suy nghĩ như vậy thường xem bản thân Hữu thể là thiên vị và khắc nghiệt đến mức mục nát, đặc biệt xem Hữu thể *con người* là đáng khinh. Họ tự bổ nhiệm mình làm thẩm phán của thực tại và nhận thấy nó còn khiếm khuyết. Họ là những nhà phê phán tối thượng. "Văn sĩ" cực kỳ yếm thế nói trên viết tiếp:

Nếu các ngươi nhớ lại lịch sử của mình, thì Đức Quốc xã đã đưa ra "giải pháp cuối cùng" cho vấn đề Do Thái… Giết hết chúng! Chà, nếu các ngươi vẫn chưa nhận ra, thì ta sẽ nói: "GIẾT HẾT LOÀI NGƯỜI!" Không ai được sống sót.

Đối với những cá nhân như thế, thế giới trải nghiệm của họ thật thiếu sót và xấu xa - chẳng khác nào Địa Ngục vậy!

Điều gì sẽ xảy ra nếu có ai đó suy nghĩ theo hướng này? Một vở kịch nổi tiếng của Đức, *Bi kịch của Faust,* tác phẩm của đại văn hào Johann Wolfgang von Goethe, sẽ giải quyết vấn đề ấy. Nhân vật chính của vở kịch là một học giả tên Heinrich Faust, người đã bán linh hồn bất tử của mình cho quỷ dữ Mephistopheles. Đổi lại, chàng sẽ nhận được mọi điều mình khát khao trên thế gian. Trong vở kịch của Goethe, Mephistopheles là kẻ thù đời đời của Hữu thế. Hắn có một tôn chỉ trọng tâm rõ ràng:

Ta là linh hồn đã phủ nhận

Và quả thế, với tất cả những gì đáng phải chịu diệt vong khốn khổ.

Sẽ tốt hơn biết mấy nếu chẳng có sự khởi nguồn!

Nên tất cả mọi thứ ngươi gọi là tội lỗi,

Sự phá hủy, tội ác hiện thân -

Đều là nguyên tố xứng đáng cho ta.

Goethe xem cảm xúc hận thù này rất quan trọng - là chìa khóa cho yếu tố trọng tâm của khao khát hủy diệt nhân loại đầy thù hận - đến mức ông đã để cho con quỷ Mephistopheles nhắc đến nó lần nữa, với cách diễn đạt hơi khác ở Phần II của vở kịch, được viết sau đó nhiều năm.

Mọi người thường nghĩ giống như con quỷ Mephistopheles, dù hiếm khi hành động một cách tàn nhẫn như trường hợp những kẻ giết người hàng loạt ở trường học, đại học và rạp chiếu phim. Mỗi khi chúng ta trải qua cảm giác bất công, dù có thật hay tưởng tượng; mỗi khi chúng ta đối diện với bi kịch hoặc trở thành con mồi cho âm mưu của kẻ khác; mỗi khi chúng ta trải nghiệm nỗi đau đớn và kinh hoàng từ những hạn chế dường như cảm tính của mình - sự cám dỗ để chất vấn Hữu thể và rồi khốn khổ khi nó ào ạt trỗi dậy từ bóng tối. Vì sao những người vô tội lại phải chịu đựng khốn khổ đến vậy? Sao hành tinh này lại đẫm máu và kinh hoàng đến thế?

Cuộc sống thật sự rất khó khăn. Mọi người đều mang số phận phải chịu đau đớn và bị công kích đến mức bị hủy hoại. Đôi khi đau khổ rõ ràng là hậu quả từ lỗi lầm cá nhân như cố tình mù quáng, quyết định sai lầm hay nuôi dưỡng ác tâm. Trong những trường hợp như thế, khi có vẻ như ta đang tự chuốc họa vào thân, thì âu đó cũng là công bằng. Bạn có thể quả quyết rằng mọi người đáng phải chịu những gì họ gánh chịu. Nhưng dù đúng chăng nữa, đó cũng chỉ là sự an ủi lạnh lùng. Đôi lúc, nếu những người đang chịu khổ thay đổi hành vi của mình, thì cuộc sống của họ sau đó sẽ bớt bi kịch hơn. Nhưng sự kiểm soát của con người vẫn còn hạn chế. Mọi người đều dễ lâm vào cảnh tuyệt vọng, bệnh tật, già lão và chết chóc. Trong bước phân tích cuối cùng, chúng ta hình như không phải là kẻ kiến tạo nên sự mong manh của chính mình. Vậy lỗi thuộc về ai?

Những người bị ốm nặng (hoặc tệ hơn là có con bị ốm) hẳn sẽ đặt ra những câu hỏi như thế, bất kể họ có tín ngưỡng tôn giáo hay không. Điều tương tự cũng đúng với những người bị kẹt tay áo trong các bánh răng của một bộ máy quan liêu khổng lồ - những người đang phải chịu kiểm toán

thuế, tranh đấu trong một vụ kiện hay một vụ ly hôn không hồi kết. Và rõ ràng không phải chỉ có người chịu khổ bị giày vò bởi nhu cầu đổ lỗi cho ai đó hay điều gì đó vì tình trạng không thể chấp nhận được trong Hữu thể của họ. Ví dụ, với danh vọng, tầm ảnh hưởng và sức mạnh sáng tạo cao vời của mình, đại văn hào Leo Tolstoy đã đặt câu hỏi về giá trị tồn tại của con người. Ông lý giải như sau:

> *Vị thế của tôi thật tệ hại. Tôi biết rằng mình không thể tìm thấy gì từ vốn hiểu biết duy lý ngoại trừ sự chối bỏ cuộc sống; và trong đức tin, tôi cũng không thể tìm thấy gì ngoại trừ một sự chối bỏ lý lẽ và điều này thậm chí còn bất khả thi hơn chối bỏ cuộc sống. Theo hiểu biết duy lý, nếu diễn giải tiếp thì cuộc sống là tà ác và mọi người ai cũng biết điều đó. Thì họ không cần phải sống, nhưng họ đã sống và đang sống, như bản thân tôi đã từng sống, mặc dù tôi đã biết từ rất lâu rằng cuộc sống là vô nghĩa và tà ác.*

Tuy đã cố gắng hết sức, nhưng Tolstoy chỉ có thể xác định bốn biện pháp để thoát khỏi những suy nghĩ như thế. Một là rút lui chẳng ngó ngàng gì đến vấn đề như thể mình vẫn là trẻ con vậy. Hai là theo đuổi khoái lạc mà chẳng cần suy nghĩ. Ba là "tiếp tục kéo lê một cuộc sống xấu xa và vô nghĩa, biết trước rằng nó chẳng đem đến điều gì". Ông xác định được một hình thức giải thoát cụ thể bằng nhược điểm: "Những người thuộc nhóm này biết rằng chết tốt hơn là sống, nhưng họ không có đủ sức mạnh để hành động theo lý trí và nhanh chóng chấm dứt ảo tưởng bằng cách tự giết mình…"

Chỉ có hình thức giải thoát thứ tư và cuối cùng mới gắn với "sức mạnh và năng lượng. Nó bao gồm cả việc hủy hoại cuộc sống, một khi đối tượng nhận ra rằng cuộc sống là xấu xa và vô nghĩa". Tolstoy không

ngừng theo đuổi dòng suy nghĩ của mình:

> *Chỉ những ai vững vàng đến khác thường và nhất quán một cách logic mới hành động theo cách này. Do đã nhận ra mọi sự ngu xuẩn của trò đùa đang diễn ra với chúng ta, cũng như thấy rằng phước lành dành cho người chết lớn hơn cho người đang sống và tốt hơn là không nên tồn tại, họ sẽ hành động để chấm dứt trò đùa ngu xuẩn này; họ sử dụng bất kỳ phương tiện nào để làm điều đó: Một sợi dây quấn quanh cổ, nước, một con dao găm vào tim hay một đoàn tàu.*

Nhưng Tolstoy vẫn không đủ bi quan. Sự ngu xuẩn của trò đùa đang đùa giỡn với chúng ta không chỉ thúc đẩy hành động tự sát, mà nó còn thúc đẩy hành vi giết người - giết người hàng loạt và thường đi kèm với tự sát. Đó là cách chống đối sự tồn tại hiệu quả hơn rất nhiều. Vào tháng Sáu năm 2016, thật không thể tin nổi khi có đến cả nghìn vụ giết người hàng loạt (được xác định là có từ bốn người bị bắn trở lên trong một vụ việc, ngoại trừ kẻ bắn) tại Mỹ chỉ trong vòng 1.260 ngày. Cứ mỗi sáu ngày liên tiếp thì sẽ xảy ra một vụ thảm sát trong ngày thứ năm, kéo dài hơn ba năm ròng rã. Ai cũng bảo: "Chúng tôi không hiểu." Làm thế nào mà chúng ta vẫn mãi giả vờ như thế? Vậy mà hơn một thế kỷ trước, Tolstoy đã ngẫm ra. Và hơn 20 thế kỷ trước, các tác giả cổ đại của câu chuyện Kinh Thánh về Cain và Abel cũng hiểu rõ. Họ mô tả vụ giết người như là hành động đầu tiên của lịch sử thời hậu Địa đàng: Và không chỉ là giết người, mà còn là huynh đệ tương tàn - giết người ở đây không chỉ là giết một người vô tội, mà còn là giết đi một người lý tưởng và tốt lành; hành động giết người còn được thực hiện một cách có ý thức để trêu ngươi Đấng Tạo hóa. Những kẻ giết người ngày nay cũng mách bảo với chúng ta điều tương tự theo ngôn từ riêng của họ. Ai dám nói rằng đây không phải là nhận thức về

cái chết? Nhưng chúng ta sẽ không lắng nghe, bởi vì sự thật quá đau xót như cắt vào xương. Ngay cả trí óc sâu sắc như của tác giả nổi tiếng người Nga cũng chẳng tìm thấy lối thoát. Làm sao chúng ta có thể xoay sở được, trong khi một người tầm cỡ như Tolstoy còn thừa nhận thất bại? Trong nhiều năm, ông đã giấu khẩu súng khỏi chính mình và chẳng đi đâu với một sợi dây trong tay để tránh treo cổ tự sát.

Làm sao một người có thể đủ tỉnh táo để tránh oán giận thế giới này?

TRẢ THÙ HAY BIẾN ĐỔI?

Một người theo đạo có thể siết chặt nắm đấm của mình trong nỗi tuyệt vọng vì sự bất công và mù quáng rành rành của Thượng Đế. Hay như chuyện kể lại rằng ngay cả Đấng Giê-su cũng cảm thấy bị bỏ rơi trước thập giá. Một kẻ bất khả tri hay vô thần có thể đổ lỗi cho số phận, hoặc hành thiền một cách cay đắng trước sự tàn nhẫn của vận mệnh. Một kẻ khác có thể tự xé xác mình, tìm kiếm những khiếm khuyết trong tính cách bên dưới những đau khổ và suy đồi của bản thân. Đây là toàn bộ những biến thể của cùng một chủ đề. Tên của đối tượng tuy thay đổi, nhưng tính tâm lý cơ bản vẫn giữ nguyên. Vì sao? Vì sao lại có quá nhiều sự đau khổ và tàn độc như thế?

Có lẽ đó thực sự là do những việc làm của Thượng Đế - hoặc là do lỗi của định mệnh đui mù, vô nghĩa, nếu bạn cứ suy nghĩ theo hướng ấy. Và có vẻ như ta có mọi lý do để suy nghĩ như thế. Nhưng điều gì sẽ xảy ra nếu bạn làm vậy? Những kẻ giết người hàng loạt tin rằng những người gây ra đau khổ cho sự tồn tại của mình là bằng chứng biện minh cho sự trừng phạt và báo thù, như những đứa trẻ sát nhân trong vụ thảm sát Columbine đã nói rõ:

Ta thà chết sớm còn hơn là phản bội lại những suy nghĩ của mình. Trước khi rời khỏi nơi vô dụng này, ta sẽ giết hết những kẻ mà ta cho rằng không xứng đáng với bất kỳ điều gì, đặc biệt là cuộc sống này. Nếu các ngươi từng làm ta điên tiết, các ngươi sẽ phải chết nếu để ta bắt gặp. Các ngươi có thể chọc điên người khác và cuối cùng mọi thứ sẽ qua đi, nhưng với ta thì không. Ta sẽ không quên những kẻ đối xử tệ với ta.

Một trong những tên sát nhân thù hằn nhất của thế kỷ XX, Carl Panzram tội tệ, đã bị hãm hiếp, hành hung và bạc đãi tại trại giáo dưỡng ở bang Minneso, nơi gã có trách nhiệm phải "phục hồi" nhân cách do phạm tội ở tuổi vị thành niên. Gã ta trỗi dậy, méo mó nhân cách đến vô chừng, rồi trở thành kẻ trộm, đốt nhà, cưỡng hiếp và giết người hàng loạt. Gã nhắm đến sự phá hoại có chủ đích và không ngừng nghỉ, thậm chí còn theo dõi giá trị của những tài sản mà gã thiêu rụi bằng đồng đô-la. Gã bắt đầu căm ghét những ai đã từng làm tổn thương mình. Sự oán giận của gã lớn dần cho đến khi lòng hận thù trong gã bao trùm lên toàn bộ nhân loại, nhưng không chỉ dừng lại ở đó. Sự hủy diệt của gã nhằm vào một số lối hành xử cơ bản ở chính Thượng Đế. Không có cách nào khác để diễn đạt điều đó. Panzram hãm hiếp, giết người và đốt phá để thể hiện nỗi phẫn uất của gã đối với Hữu thể. Gã ta hành động như thể "Ai đó" phải chịu trách nhiệm. Điều tương tự cũng diễn ra trong câu chuyện về Cain và Abel. Lễ vật mà Cain dâng lên cho Thượng Đế đã bị Ngài từ chối. Cain sống trong đau khổ. Anh kêu gào Thượng Đế và thách thức Hữu thể mà Người đã tạo ra. Ngài khước từ lời cầu xin của Cain. Ngài nói với Cain rằng rắc rối là do hắn tự gây ra. Trong cơn thịnh nộ của mình, Cain đã giết chết Abel, người được Thượng Đế yêu mến (và, thật sự Abel chính là thần tượng của

Cain). Tất nhiên, Cain đã ghen tỵ với người em trai thành công của mình. Hắn đã hủy diệt Abel cốt để chọc tức Thượng Đế. Đây là phiên bản hiện thực nhất cho những gì sẽ xảy ra khi con người trả thù với sự cực đoan cùng cực.

Phản ứng của Panzram (và điều này mới thật khủng khiếp) hoàn toàn có thể hiểu được. Chi tiết của cuốn tự truyện mà gã viết cho thấy gã là đại diện cho những con người mạnh mẽ và nhất quán một cách logic mà Tolstoy đã mô tả. Gã là một diễn viên quyền năng, trước sau như một và không biết sợ hãi. Gã có lòng can đảm trước những phán quyết. Làm thế nào một người như gã lại được mong đợi người khác tha thứ và lãng quên, dựa trên những gì đã xảy ra với gã? Khi những điều khủng khiếp thực sự cứ xảy đến với mọi người. Không ngạc nhiên nếu họ hành động để trả thù. Trong những tình cảnh ấy, trả thù dường như là một nhu cầu đạo đức. Làm sao để phân biệt nó với quyền đòi hỏi công lý? Sau khi trải qua sự tàn ác khủng khiếp, chẳng phải sự tha thứ chỉ là hèn nhát và thiếu ý chí thôi sao? Những câu hỏi như thế cứ dằn vặt tôi. Nhưng con người trỗi dậy từ quá khứ kinh hoàng để làm việc thiện chứ không phải việc ác, mặc dù dường như phải là siêu nhân mới đạt được điều đó.

Tôi từng gặp những người cố gắng xoay xở làm điều đó. Tôi biết một người đàn ông, một nghệ sĩ vĩ đại, xuất thân từ một "ngôi trường" giống như Panzram mô tả - anh bị ném vào đó khi chỉ mới là một đứa trẻ năm tuổi vô tội, tươi sáng sau một quãng thời gian dài nằm bệnh viện, nơi anh đã phải chịu bệnh sởi, quai bị và thủy đậu cùng lúc. Do không có khả năng hòa nhập với văn hóa trường lớp, bị cô lập khỏi gia đình, bị ngược đãi, bị bỏ đói hoặc tra tấn một cách cố ý, anh đã trỗi dậy như một kẻ phẫn nộ với tâm hồn vụn vỡ. Anh tự làm bản thân tổn thương nặng nề bằng ma túy,

rượu chè và các hình thức tự hủy hoại khác. Anh căm ghét tất cả mọi người - bao gồm cả Thượng Đế, chính bản thân mình và cả số phận mờ mịt. Nhưng anh đã chấm dứt tất cả những điều đó. Anh ngưng uống rượu. Anh ngưng thù hận (mặc dù nó lại thỉnh thoảng xuất hiện vài khoảnh khắc). Anh đã làm sống lại văn hóa nghệ thuật từ truyền thống Bản địa của mình, cũng như đào tạo những người trẻ nối bước chân anh. Anh đã làm ra một cột gỗ vật tổ cao độ 15 mét để tưởng nhớ các sự kiện đã xảy ra trong đời mình, cùng một chiếc xuồng dài 12 mét từ thanh gỗ nguyên khối, mà hiện nay rất hiếm được sản xuất. Anh kéo gia đình mình đến với nhau, tổ chức một buổi tiệc tặng quà tuyệt vời với hơn 16 giờ nhảy múa cùng hàng trăm người tham dự, để bày tỏ nỗi sầu khổ của mình cũng như làm hòa với quá khứ. Anh quyết định trở thành một người tốt và sau đó đã làm những điều thật khó tin nhưng cần thiết để được sống theo cách ấy.

Tôi có một vị khách hàng không được nuôi nấng bởi phụ huynh gương mẫu. Mẹ cô mất khi cô còn rất bé. Bà của cô - người nuôi nấng cô - là một người cay nghiệt, ngoa ngoắt và chú trọng quá mức đến ngoại hình. Bà ngược đãi cháu gái của mình, trừng phạt cô bé vì những đức tính tốt đẹp nơi cô: Trí sáng tạo, nhạy bén và thông minh - bà ta không thể ngưng trút nỗi oán giận của mình lên cuộc sống phải nói là gian nan của cô cháu gái. Cô có mối quan hệ tốt hơn với người cha, nhưng ông lại là một con nghiện đã qua đời thảm hại khi đang được cô chăm sóc. Người khách hàng này có một cậu con trai. Cô quyết tâm không để cho hoàn cảnh như mình xảy đến với cậu. Cậu bé lớn lên thành một người thật thà, độc lập, chăm chỉ và thông minh. Thay vì tiếp tục lún sâu hơn vào hố đen của thứ văn hóa mà cô thừa hưởng rồi truyền lại nó, cô đã "lấp" nó lại. Cô đã từ bỏ những tội lỗi của người đi trước. Ta có thể làm được những việc như thế.

Nỗi thống khổ, dù về mặt tinh thần, thể xác hay trí tuệ, đều không nhất thiết tạo nên chủ nghĩa hư vô (hay sự chối từ triệt để những giá trị, ý nghĩa và điều đáng khát khao). Nỗi thống khổ luôn có thể được diễn giải bằng nhiều cách khác nhau.

Triết gia Nietzsche là người đã viết nên những dòng trên. Ý của ông là: Những người đã từng trải qua điều ác chắc chắn có thể khao khát duy trì nó mãi mãi bằng cách đáp trả tiếp nối. Nhưng bạn vẫn có thể học làm người tốt từ trải nghiệm xấu. Ví dụ, một cậu bé bị bắt nạt có thể bắt chước những kẻ hành hạ mình. Nhưng cậu ta cũng có thể học hỏi từ chính sự ngược đãi đối với bản thân mình rằng thật sai trái khi xô đẩy những người xung quanh và khiến cho cuộc sống của họ trở nên khốn khổ. Một đứa trẻ bị mẹ mình hành hạ có thể học được từ những trải nghiệm khủng khiếp của mình để biết rằng việc trở thành một bậc cha mẹ tốt quan trọng đến thế nào. Nhiều người, thậm chí hầu hết những người trưởng thành, ngược đãi con cái là vì chính họ từng bị ngược đãi khi còn bé. Nhưng phần lớn những người từng bị ngược đãi khi còn bé lại không ngược đãi con cái mình. Đây là một thực tế đã có từ lâu, có thể được chứng minh đơn giản bằng số học theo cách sau: Nếu một người mẹ hành hạ ba đứa con và mỗi đứa trẻ ấy sau này lại có ba đứa con… thì sẽ có ba người ngược đãi ở thế hệ đầu tiên, chín người ngược đãi ở thế hệ thứ hai, 27 người ở thế hệ thứ ba, 81 người ở thế hệ thứ tư - và cứ thế theo cấp số nhân. Sau 20 thế hệ, sẽ có hơn 10 tỉ người bị ngược đãi từ thời thơ ấu: Nhiều hơn cả số dân hiện đang sống trên hành tinh này. Nhưng thay vào đó, sự ngược đại đã dần ít đi qua từng thế hệ. Mọi người đã hạn chế sự lây lan của nó. Đó là minh chứng cho chiến thắng đích thực của cái thiện trước cái ác trong trái tim con người.

Khao khát trả thù, dù được bênh vực đến đâu, vẫn ngăn cách ta khỏi những suy nghĩ có ích. Nhà thơ T. S. Eliot đã giải thích vì sao trong tác phẩm của ông, *The Cocktail Party* (tạm dịch: *Bữa tiệc cocktail)*. Một trong những nhân vật của ông không được sống tốt. Cô ấy kể về nỗi bất hạnh sâu sắc của mình với một nhà tâm thần học. Cô nói cô hy vọng rằng mọi nỗi đau cô chịu đựng là do lỗi của chính mình. Nhà tâm thần học ngạc nhiên và hỏi tại sao. Cô đã suy nghĩ rất lung về câu hỏi này rồi đi đến kết luận sau đây: Nếu đó là lỗi của cô thì còn có thể làm điều gì đó để giải quyết nó. Nhưng nếu đó là lỗi của Thượng Đế - nếu bản thân thực tại không hoàn mỹ và nhất quyết bắt cô phải chịu khổ - thì cô sẽ phải bị hủy hoại. Cô không thể thay đổi được cấu trúc của chính thực tại. Nhưng có lẽ cô sẽ thay đổi được chính cuộc đời mình.

Aleksandr Solzhenitsyn có mọi lý do để đặt câu hỏi về cấu trúc của sự tồn tại khi ông bị lưu giữ trong trại cải tạo lao động giữa thế kỷ XX. Ông đã phụng sự với tư cách là một người tiên phong của nước Nga (nhưng thiếu sự chuẩn bị) trước cuộc xâm lược của Đức Quốc xã. Rồi ông bị bắt và ném vào tù. Sau đó, ông còn mắc bệnh ung thư. Lẽ ra ông có thể trở nên căm phẫn và cay độc. Cuộc đời của ông đầy khốn khổ. Ông sống trong điều kiện hết sức ngặt nghèo. Những khoảng thời gian dài quý báu của ông đã bị tước đoạt và lãng phí. Ông đã chứng kiến sự đau khổ cùng những cái chết của bạn bè và người quen. Sau đó, ông còn mắc phải căn bệnh cực kỳ nghiêm trọng. Solzhenitsyn có đủ lý do để nguyền rủa Thượng Đế. Gánh nặng ông phải chịu thật quá đỗi khó khăn.

Nhưng nhà văn vĩ đại, người bảo vệ chân lý sâu sắc và nhiệt thành đã không để cho tâm trí của mình hướng đến sự trả thù và hủy hoại. Thay vì thế, ông đã mở rộng tầm nhìn. Trải qua nhiều thử thách gian nan,

Solzhenitsyn đã có cơ hội gặp gỡ những người xử sự cao thượng dù ở trong hoàn cảnh khủng khiếp. Ông ngẫm nghĩ rất sâu xa về hành vi của họ. Sau đó, ông tự đặt ra cho mình những câu hỏi khó nhất: Phải chăng chính ông đã góp phần tạo nên tai ương trong cuộc đời mình? Nếu quả là thế thì làm thế nào? Ông đã suy xét lại cuộc đời mình. Ông đã dành biết bao năm tháng trong trại cải tạo. Làm thế nào ông lại bỏ qua một dấu ấn trong quá khứ như thế? Đã bao lần ông hành động chống lại lương tâm của mình, cuốn vào những hành động mà ông biết rõ là sai trái? Đã bao lần ông phản bội và dối lừa chính mình? Có cách nào để chuộc lại lỗi lầm trong quá khứ ở nơi Địa Ngục bùn lầy của trại cải tạo lao động hay không?

Solzhenitsyn đã miệt mài nghiền ngẫm kỹ lưỡng từng chi tiết trong cuộc đời mình. Ông tự vấn mình câu hỏi thứ hai và thứ ba. Giờ mình có thể ngưng phạm những sai lầm ấy không? Giờ mình có thể sửa chữa những tổn hại vì những lầm lạc trong quá khứ không? Ông đã học cách quan sát và lắng nghe. Ông tìm thấy những người mà ông ngưỡng mộ; những con người chân thành bất chấp mọi sự. Ông tự tách mình ra thành từng mảnh một, để những phần không cần thiết hay thậm chí có hại được chết dần và rồi tự phục sinh. Sau đó, ông đã viết cuốn *The Gulag Archipelago*. Đó là một cuốn sách dữ dội khủng khiếp, được viết với sức mạnh luân lý áp đảo sự thật không cần tô vẽ. Cuốn sách được chuyển vào phương Tây vào thập niên 1970, rồi bùng nổ trên toàn thế giới…

KHI MỌI THỨ SỤP ĐỔ

Toàn thể dân chúng đã cương quyết phản đối việc phán xét thực tại, chỉ trích Hữu thể và đổ lỗi cho Thượng Đế. Thật thú vị khi nhắc đến Cựu Ước của người Do Thái về vấn đề này. Những nỗi cơ cực của họ diễn ra theo

một khuôn mẫu nhất quán. Những câu chuyện về Adam và Eve, về Cain và Abel, về Noah và Tháp Babel thực sự cổ xưa. Nguyên bản của chúng đã biến mất vào dòng chảy bí ẩn của thời gian. Phải đến câu chuyện về cơn đại hồng thủy trong Sáng thế ký mà một điều gì đó tựa như lịch sử - thứ chúng ta hiểu rõ - mới khởi đầu. Nó đã bắt đầu với Abraham. Hậu duệ của Abraham trở thành dân Do Thái trong kinh Cựu Ước, hay còn gọi là Kinh Thánh Hebrew. Họ thực hiện một giao ước với Đấng Giê-hô-va (Yahweh) - chính là Thượng Đế - và bắt đầu những cuộc phiêu lưu mà họ ghi lại trong sử sách.

Dưới sự lãnh đạo của một người vĩ đại, dân Do Thái đã tự tổ chức thành một xã hội và sau này là một đế chế. Khi vận may xuất hiện, thành công sẽ sinh ra niềm tự hào và lòng kiêu ngạo. Và sự suy đồi cũng xuất hiện. Một nhà nước ngày càng xấc xược trở nên ám ảnh với quyền lực, bắt đầu quên đi bổn phận đối với các góa phụ và trẻ mồ côi, và dần xa rời thỏa ước xa xưa với Thượng Đế. Một nhà tiên tri nổi dậy. Ông bạo gan và công khai mắng nhiếc đức vua độc tài cùng đất nước bất tín vì họ đã phụ lòng Thượng Đế - một hành động can đảm mù quáng - khi nói với họ rằng sự phán xét khủng khiếp sẽ đến. Những lời khôn ngoan của ông không bị phớt lờ hoàn toàn, chỉ là đã đến tai họ quá muộn. Thượng Đế đã trừng phạt những con dân ương ngạnh của người, đày đọa họ trong cảnh chiến bại và đời đời bị nô dịch. Sau cùng, người Do Thái đã ăn năn và quy sự bất hạnh của họ cho việc không chịu tuân theo lời Thượng Đế. Họ quả quyết rằng đáng ra họ có thể làm tốt hơn thế. Họ xây dựng lại nhà nước của mình và một chu kỳ mới lại bắt đầu.

Đời là thế. Chúng ta xây dựng những cấu trúc để sống trong đó. Chúng ta xây dựng gia đình, xây dựng thành bang và các quốc gia. Chúng ta rút ra

cho bản thân các nguyên tắc mà dựa trên đó, những cấu trúc này được thành lập và xây dựng thành hệ thống tín niệm. Lúc đầu, chúng ta sống trong những cấu trúc và tín niệm giống như Adam và Eve ở Vườn Địa đàng. Nhưng thành công lại khiến chúng ta tự mãn. Chúng ta quên mất phải chú tâm. Chúng ta xem thứ mình có là hiển nhiên. Chúng ta dần mù quáng. Chúng ta không nhận ra rằng mọi thứ đang thay đổi, hay sự suy đồi đang dần bắt rễ. Và rồi mọi thứ sụp đổ. Liệu đó là lỗi của thực tại - hay là của Thượng Đế? Hay mọi thứ sụp đổ là do chúng ta không đủ cảnh giác?

Khi cơn bão ập đến New Orleans, nó đã nhấn chìm thành phố dưới những con sóng dữ. Có phải đó là thiên tai? Người dân Hà Lan đã chuẩn bị trước đê đập cho những cơn bão tồi tệ suốt hàng nghìn năm qua. Nếu New Orleans học theo họ, thì hẳn đã không có bi kịch nào xảy ra. Đó không phải là điều mà không ai biết. Đạo luật Kiểm soát Lũ lụt năm 1965 đã vạch ra những bước cải tiến trong hệ thống đê điều giúp giữ nước cho hồ Pontchartrain. Hệ thống này dự kiến sẽ hoàn thành vào năm 1978. Nhưng rồi 40 năm sau, chỉ có 60% công việc hoàn thành. Sự mù quáng cố ý và quan liêu này đã nhấn chìm cả thành phố trong biển nước.

Một cơn bão cũng chính là hành động của Thượng Đế. Nhưng trong khi ai cũng biết khâu chuẩn bị là điều cấp thiết thì sự thiếu chuẩn bị lại là một tội ác. Đó là thất bại trong việc hoàn thành mục tiêu. Và cái giá của tội lỗi ấy là cái chết (Rô-ma 6:23). Người Do Thái cổ luôn đổ lỗi cho chính họ khi mọi thứ sụp đổ. Họ hành động như thể sự tốt lành của Thượng Đế - sự tốt lành của thực tại - là hiển nhiên và tự chịu trách nhiệm cho thất bại của mình. Đó là tinh thần trách nhiệm điên rồ. Nhưng lựa chọn còn lại là không đánh giá thực tại đầy đủ, chỉ trích bản thân Hữu thể và là để bản thân đắm chìm trong nỗi oán giận cũng như khát khao trả thù.

Nếu bạn đang đau khổ - tốt thôi, vì chuẩn mực là thế. Sức người có hạn mà cuộc sống thì lại đầy bi kịch. Nhưng nếu bạn không chịu nổi sự đau khổ ấy và đang dần trở nên hủ bại, thì đây sẽ là điều đáng suy nghĩ.

HÃY THANH TẨY CUỘC ĐỜI BẠN

Hãy xem xét hoàn cảnh của bạn. Hãy bắt đầu từ những việc nhỏ. Bạn đã tận dụng tối đa các cơ hội mình nhận được chưa? Bạn có đang làm việc chăm chỉ vì sự nghiệp của mình, hoặc thậm chí trong công việc, hay để cho nỗi cay đắng và oán giận níu giữ và kéo bạn xuống? Bạn đã làm hòa với anh trai của mình chưa? Bạn có đang đối xử với vợ chồng và con cái mình bằng phẩm giá và sự tôn trọng chưa? Bạn có đang nhiễm những thói quen làm hại sức khỏe và làm tan vỡ hạnh phúc không? Bạn có đang thực sự gánh vác trách nhiệm không? Bạn đã nói những điều cần nói với bạn bè và người thân của mình chưa? Bạn có thể làm và bạn biết mình có thể làm điều gì để giúp mọi thứ xung quanh mình tốt lên không?

Đã bao giờ bạn thanh tẩy cuộc đời mình chưa?

Nếu câu trả lời là chưa, thì đây là điều đáng để thử: *Hãy ngừng làm những điều mà bạn biết rõ là sai trái*. Và ngưng ngay hôm nay. Hãy thôi phí thời gian tự hỏi vì sao bạn biết mình đang làm sai, khi bạn đã chắc chắn. Việc đặt ra câu hỏi không thích hợp có thể khiến bạn rối trí mà không sáng tỏ được gì, chưa kể còn làm chệch hướng hành động. Bạn có thể biết rõ điều gì đúng hay sai mà chẳng cần biết lý do. Toàn bộ Hữu thể của bạn có thể mách với bạn điều mà bạn không thể lý giải hay chắp nối. Mỗi con người đều quá phức tạp để ta hiểu rõ họ một cách trọn vẹn và chúng đều bao hàm thứ tri thức không thể lĩnh hội.

Vì vậy, hãy cứ dừng lại khi bạn sợ rằng - dù mập mờ chăng nữa - mình nên dừng lại. Hãy thôi hành động theo kiểu đặc biệt đê hèn. Hãy thôi nói những điều khiến bạn trở nên yếu đuối và đáng hổ thẹn. Chỉ nên nói những điều khiến bạn mạnh mẽ. Hãy chỉ làm những điều giúp bạn lên tiếng với sự tôn nghiêm.

Bạn có thể áp dụng các tiêu chuẩn phán xét của chính mình. Bạn có thể dựa vào chính mình để tìm sự chỉ dẫn. Bạn không cần phải tuân theo răm rắp một bộ luật hành xử độc đoán từ bên ngoài (mặc dù bạn không nên bỏ qua những chỉ dẫn từ văn hóa của mình. Cuộc đời ngắn ngủi và bạn không có thời gian để tự mình luận ra được tất thảy mọi thứ. Trí tuệ trong quá khứ rất khó kiếm và những tổ tiên đã khuất sẽ mách cho bạn điều gì đó hữu ích.)

Đừng đổ lỗi cho chủ nghĩa tư bản, cho sự bỏ mặc hoàn toàn hoặc lòng gian ác của kẻ thù. Đừng mong tái thiết nhà nước trước khi bạn đưa những trải nghiệm của chính mình vào trật tự. Bạn nên có chút khiêm nhường. Nếu bạn không thể mang lại bình yên cho ngôi nhà của chính mình, thì làm sao bạn có thể cai quản một thành phố? Hãy lắng nghe lời chỉ dẫn của tâm hồn. Hãy xem điều gì diễn ra hằng ngày hằng tuần. Khi đắm chìm trong công việc, bạn sẽ bắt đầu nói điều mình thực sự nghĩ. Bạn sẽ bắt đầu nói với vợ chồng, con cái hoặc cha mẹ về những gì bạn thực sự muốn và cần. Khi nhận ra mình chưa hoàn thành xong một việc gì đó, bạn sẽ hành động để khắc phục thiếu sót. Đầu óc bạn sẽ bắt đầu thanh lọc khi bạn ngừng lấp đầy nó bằng những điều dối trá. Kinh nghiệm sẽ ngày càng được cải thiện khi bạn thôi bóp méo nó bằng những hành động giả tạo. Sau đó, bạn sẽ bắt đầu khám phá ra những điều mới mẻ, tinh tế cho thấy bạn đang làm sai. Hãy ngừng những việc này lại. Sau nhiều tháng và nhiều năm nỗ lực cần

cù, cuộc sống của bạn sẽ trở nên đơn giản, bớt phức tạp hơn. Phán đoán của bạn cũng sẽ cải thiện. Bạn sẽ gỡ rối được quá khứ. Bạn sẽ trở nên mạnh mẽ và bớt cay độc. Bạn sẽ bước đi tự tin hơn đến tương lai. Bạn sẽ thôi khiến cho cuộc sống của mình trở nên khó khăn không cần thiết. Rồi bạn sẽ bị bỏ mặc giữa những bi kịch trần trụi trong đời, nhưng chúng sẽ không còn trầm trọng thêm bởi nỗi cay đắng và sự dối lừa nữa.

Có lẽ bạn sẽ khám phá ra tâm hồn mình bây giờ chẳng còn nhiều vẩn đục, mà đã mạnh mẽ hơn nhiều so với trước kia, để có thể chịu được những bi kịch cần thiết, nhỏ nhặt và không thể tránh khỏi còn sót lại. Có lẽ bạn sẽ học cách đối diện với chúng để chúng mãi là bi kịch - chỉ là bi kịch mà thôi - thay vì hóa thành cái xấu xa rành rành. Có lẽ những lo lắng, tuyệt vọng, oán hận và giận dữ trong bạn - dù ban đầu có gây chết người chăng nữa - sẽ không còn. Có lẽ tâm hồn không bị vấy bẩn của bạn sau đó sẽ nhận thấy sự tồn tại của nó như là cái thiện đích thực, một điều gì đó đáng để ăn mừng ngay cả khi đối mặt với sự dễ tổn thương của chính bạn. Có lẽ bạn sẽ trở thành một thế lực mạnh mẽ hơn bao giờ hết của hòa bình và mọi điều tốt đẹp.

Có lẽ bạn sẽ thấy rằng nếu tất cả mọi người làm được điều này trong cuộc đời mình, thì thế giới sẽ không còn là một nơi tà ác. Sau đó, với nỗ lực không ngừng, có lẽ nó thậm chí không còn là một nơi đầy bi kịch. Ai mà biết sự tồn tại sẽ trông ra sao nếu tất cả chúng ta quyết định phấn đấu hết sức? Ai mà biết được Thiên Đường vĩnh cửu có được tạo ra bởi tâm hồn của chúng ta, được thanh tẩy bằng chân lý và hướng đến bầu trời xanh ngắt ngay trên cõi sa đọa này?

Hãy đặt ngôi nhà bạn trong một trật tự hoàn hảo trước khi chỉ trích thế giới.

QUY LUẬT 7

THEO ĐUỔI NHỮNG ĐIỀU Ý NGHĨA (CHỨ KHÔNG PHẢI CÓ LỢI)

HÃY NẮM BẮT NHỮNG ĐIỀU TỐT ĐẸP

ĐỜI LÀ BỂ KHỔ. ĐIỀU ĐÓ QUÁ RÕ RÀNG. Chẳng có chân lý nào cơ bản và khó bác bỏ hơn thế. Đó cơ bản là điều mà Thượng Đế đã cho Adam và Eve biết ngay trước khi Ngài trục xuất họ ra khỏi Thiên Đường.

Ngài phán với người nữ rằng, Ta sẽ tăng thêm điều cực khổ bội phần trong cơn thai nghén; ngươi sẽ chịu đau đớn mỗi khi sinh con; ngươi phải ở dưới trướng người chồng và hắn sẽ cai trị ngươi.

Rồi Người phán tiếp với Adam rằng, Vì ngươi đã nghe lời vợ mà ăn thứ trái ta đã cấm chớ nên ăn, nên đất sẽ bị nguyền rủa vì tội của ngươi, ngươi sẽ phải làm việc vất vả mới có mà ăn suốt quãng đời.

Đất sẽ mọc cho ngươi đủ thứ gai góc và ngươi sẽ phải ăn rau cỏ ngoài đồng.

Ngươi phải đổ mồ hôi mới có bánh mà ăn, cho đến khi ngươi trở về với đất, vì ngươi từ đó mà ra. Ngươi là đất bụi, nên ngươi sẽ trở về đất bụi. (Sáng thế ký 3:16-19, phiên bản KJV)

VẬY THẾ GIỚI NÀY CẦN PHẢI LÀM GÌ?

Câu trả lời đơn giản nhất, rõ ràng và trực tiếp nhất là gì? Chính là theo đuổi niềm vui. Hãy cuốn theo những sự thôi thúc ở bạn. Hãy sống trong từng khoảnh khắc. Hãy làm những điều có lợi. Hãy dối gian, lường gạt, trộm cắp, lừa phỉnh và thao túng - nhưng đừng để bị bắt quả tang. Thế giới vô nghĩa tột cùng này còn có thể đem lại điều gì khác cơ chứ? Thực tế về bi kịch của cuộc sống, cùng với nỗi khổ đau vốn là thành phần của cuộc đời này và từ lâu đã được sử dụng để biện minh cho việc theo đuổi sự thỏa mãn ích kỷ tức thì.

Đời ta thật u sầu, ngắn ngủi, chẳng có tiên dược nào chữa cho con người khỏi cái chết, chẳng ai biết kẻ nào thoát được cõi âm ty.

Bởi ngẫu nhiên ta đã ra đời, rồi lại như chưa hề có mặt. Hơi thở của ta là làn khói, tư tưởng lóe lên từ nhịp đập trái tim.

Khi tim ngừng đập, thân xác sẽ trở thành tro bụi, sinh khí biến tan như làn gió thoảng. Theo dòng thời gian, tên tuổi ta cũng chìm vào quên lãng, chẳng còn ai nhớ đến việc ta làm. Đời ta sẽ qua như một thoáng mây trôi, sẽ biến đi như màn sương sớm bị ánh nắng đẩy lùi và sức nóng mặt trời áp đảo.

Cuộc đời ta vụt mất tựa bóng câu, đã qua rồi là không còn trở lại, ấn đã niêm, ai quay về được nữa!

Vậy, nào đến đây, hưởng lấy của đời này, tuổi còn trẻ, ta cố mà tận dụng hết những chi đang có sẵn trên trần thế.

Nào, ta say rượu quý, ta ngất hương thơm, những đóa hoa xuân, ta đừng bỏ phí.

Nụ hoa hồng, ta đem kết triêu thiên trước khi hoa tàn lụi.

Đừng ai vắng mặt trong các cuộc truy hoan, dấu vết ăn chơi, ta để

lại khắp nơi chốn, bởi đó chính là phần, là số ta được hưởng.

Ta hãy bức hiếp tên công chính nghèo hèn, kẻ góa bụa, ta đừng buông tha, bọn tóc bạc già nua, cũng chẳng nể.

Sức mạnh ta phải là quy luật của công lý, vì yếu đuối chẳng làm nên chuyện gì. (Sách Khôn ngoan 2:1-11, phiên bản RSV)

Niềm vui thích khi hưởng lợi có thể chỉ thoáng qua, nhưng đó là niềm vui, là điều gì đó chất chồng để chống lại nỗi kinh hoàng và đau đớn của sự tồn tại. Như câu ngạn ngữ xưa đã truyền: "Thân ai nấy lo, khôn sống mống chết." Tại sao lại không đoạt lấy mọi thứ trong tầm khả năng mình mỗi khi cơ hội xuất hiện? Tại sao không quyết tâm sống theo cách ấy?

Hoặc liệu có một phương án thay thế nào khác hiệu quả và thuyết phục hơn không?

Ông cha ta đã đưa ra câu trả lời rất sắc sảo cho những câu hỏi như thế, nhưng chúng ta vẫn không hiểu chúng tường tận. Điều này là vì phần lớn chúng vẫn còn mang nghĩa hàm ý - chủ yếu được biểu thị trong những nghi lễ và câu những chuyện thần thoại; và đến nay vẫn chưa được diễn giải trọn vẹn. Chúng ta làm theo chúng và đại diện cho chúng trong truyện kể, nhưng chúng ta vẫn chưa đủ khôn ngoan để trình bày chúng rõ ràng. Chúng ta vẫn còn là con tinh tinh trong bầy hoặc con sói trong đàn. Chúng ta biết cách cư xử. Chúng ta biết ai là ai và lý do là gì. Chúng ta đã học được điều đó từ những kinh nghiệm. Kiến thức của chúng ta được hình thành bởi sự tương tác của mình với người khác. Chúng ta đã hình thành các thói quen và tập tính hành xử dễ đoán - nhưng không thực sự hiểu chúng hay biết chúng bắt nguồn từ đâu. Chúng đã tiến hóa trong khoảng thời gian rất dài. Không ai trình bày chúng một cách rõ ràng (chí ít cũng không đến những giới hạn mập mờ nhất trong quá khứ), mặc dù chúng ta

đã nhắn nhủ với nhau phải cùng hành động ra sao. Nhưng rồi một ngày cách đây không lâu, chúng ta choàng tỉnh. Chúng ta vẫn làm việc của mình, nhưng giờ đã *nhận ra* mình đang làm gì. Chúng ta bắt đầu sử dụng cơ thể của mình làm những công cụ đại diện cho hành động. Chúng ta bắt đầu bắt chước và kịch tính hóa. Chúng ta phát minh ra nghi thức. Chúng ta bắt đầu thể hiện ra những trải nghiệm của chính mình. Rồi chúng ta bắt đầu kể chuyện. Chúng ta đã mã hóa những quan sát về "vở kịch" của bản thân trong những câu chuyện này. Theo đó, thông tin đầu tiên được ấn định vào hành vi của chúng ta đã mang tính đại diện trong câu chuyện đang kể. Nhưng chúng ta đã không và vẫn không hiểu ý nghĩa của nó là gì.

Câu chuyện Kinh Thánh về Thiên Đường và sự Sa đọa là một trong những câu chuyện như thế, được thêu dệt nên từ trí tưởng tượng tập thể của chúng ta và lưu truyền qua nhiều thế kỷ. Nó mang đến lời giải thích sâu sắc về bản thân Hữu thể, chỉ ra cách thức mà một trạng thái khái niệm hóa và hành động ăn khớp với bản chất đó. Trong Vườn Địa đàng, trước buổi đầu của sự tự ý thức - theo mạch câu chuyện - con người không hề có tội. Phụ mẫu nguyên thủy của chúng ta, Adam và Eve, đã song hành cùng Thượng Đế. Rồi do bị con rắn cám dỗ, đôi vợ chồng đầu tiên đã ăn trái từ cây biết thiện ác, đã khám phá ra Cái Chết và sự dễ tổn thương, rồi quay lưng lại với Thượng Đế. Nhân loại đã bị trục xuất khỏi Thiên Đường và bắt đầu cuộc đời hữu hạn đầy cực nhọc của họ. Ý tưởng về sự hiến tế xuất hiện ngay sau đó, bắt đầu với câu chuyện về Cain và Abel, rồi phát triển thông qua những cuộc phiêu lưu của Abraham và sự kiện Xuất hành: Sau nhiều suy ngẫm, con người cực khổ học được rằng họ có thể giành được ân huệ của Thượng Đế và đẩy lui cơn giận của Ngài thông qua cách hiến tế thỏa đáng - và hành vi sát nhân đẫm máu ấy cũng có thể được thúc

đẩy trong những kẻ không sẵn lòng hoặc không thể thành công theo cách này.

TRÌ HOÃN SỰ HÀI LÒNG

Khi dấn thân vào sự hy sinh, tổ tiên chúng ta đã bắt đầu một hành động được xem là lời xác nhận, mà nếu thể hiện ra bằng lời sẽ là: *Bằng cách từ bỏ một thứ gì đó giá trị ở hiện tại, ta sẽ đạt được điều gì đó tốt đẹp hơn trong tương lai*. Hãy nhớ rằng nhu cầu làm việc là một trong những lời nguyền mà Thượng Đế đặt ra cho Adam và hậu duệ của chàng, là hậu quả của Tội Tổ tông. Adam thức dậy với những kìm kẹp cơ bản của Hữu thể - sự tổn thương và cuối cùng là cái chết của chàng - để đổi lấy khao khát tìm tòi khám phá tương lai. Và tương lai: Đó là nơi bạn sẽ chết đi (hy vọng điều đó không xảy ra quá sớm). Bạn có thể trì hoãn kết cục của mình thông qua công việc; thông qua sự hy sinh *hiện tại* để gặt hái lợi ích *mai sau*. Vì lý do này, ta chẳng còn nghi ngại kiếm tìm trong số những điều khác - không phải nghi ngờ - rằng khái niệm về sự hy sinh đã được nêu ra trong một chương của Kinh Thánh ngay sau câu chuyện về sự Sa đọa. Có rất ít điểm khác biệt giữa hy sinh và công việc. Chúng đều mang nhân tính theo cách rất độc đáo. Đôi khi, động vật hành xử như thể chúng đang làm việc, nhưng thực sự chỉ là tuân theo các hiệu lệnh từ bản chất của chúng. Hải ly xây đập. Chúng làm thế vì chúng là hải ly và hải ly thì phải xây đập. Chúng không nghĩ rằng: "Phải rồi, nhưng tôi thà nằm trên bãi biển Mexico cùng với bạn gái còn hơn", trong khi đang xây đập.

Nói một cách nôm na, sự hy sinh ấy - làm việc - nghĩa là trì hoãn sự hài lòng, nhưng đó là một cụm từ rất trần tục để mô tả điều gì đó có tầm quan trọng sâu xa đến vậy. Việc khám phá ra rằng sự hài lòng có thể bị trì hoãn

đồng thời là khám phá ra thời gian và mối quan hệ nhân quả đi kèm (chí ít là ảnh hưởng nhân quả từ hành động tự nguyện của con người). Cách đây khá lâu, chẳng rõ là ở thời điểm nào, *chúng ta bắt đầu nhận ra rằng thực tại có kết cấu như thể ta có quyền mặc cả về nó*. Chúng ta đã học được rằng việc hành xử đúng đắn ngay trong hiện tại - điều chỉnh sự thôi thúc ở bản thân, suy xét về hoàn cảnh của người khác - có thể mang lại phần thưởng trong tương lai, tại một thời điểm và địa điểm chưa xuất hiện. Chúng ta bắt đầu cấm cản, kiểm soát và thiết lập những thôi thúc tức thời, để có thể thôi làm phiền người khác lẫn bản thân mình trong tương lai. Làm như vậy không hề khác với việc tổ chức một xã hội: Khám phá ra rằng mối quan hệ nhân quả giữa nỗ lực của chúng ta hôm nay với chất lượng của ngày mai sẽ thúc đẩy việc tạo nên khế ước xã hội - cách tổ chức như thế cho phép công việc hiện tại được "lưu giữ" một cách đáng tin cậy (chủ yếu dưới hình thức lời hứa từ người khác).

Sự hiểu biết thường được thể hiện ra trước khi ta diễn giải được nó (như một đứa trẻ thể hiện ý nghĩa của việc làm "cha" hoặc "mẹ" trước khi chúng lý giải được các vai trò đó ấy bằng lời). Hành động thực hiện nghi thức hiến tế cho Thượng Đế là một sắc lệnh tinh vi thuở ban sơ, nói lên ý tưởng về sự hữu dụng của việc trì hoãn. Có một hành trình khái niệm dài giữa việc chỉ đánh chén cho thỏa cơn đói với việc học cách dành dụm thêm chút thịt hun khói cho đến cuối ngày, hoặc dành cho ai đó vắng mặt. Ta phải mất một khoảng thời gian dài để học cách giữ gìn bất kỳ thứ gì cho bản thân sau này, hoặc chia sẻ nó với người khác (và giống như ở trường hợp trước, nó cũng tương tự như bạn đang chia sẻ với bản thân trong tương lai). Điều đó dễ hơn nhiều và giống hơn với việc ngấu nghiến mọi thứ có trong tay một cách ích kỷ ngay lập tức. Có những hành trình dài

tương tự như nhau giữa mỗi lần cải thiện khả năng thấu hiểu điều tinh vi, gắn với sự trì hoãn và tính khái niệm hóa của nó: Chia sẻ trong thời gian ngắn hạn, lưu giữ cho tương lai; đại diện cho sự lưu giữ ấy qua hình thức hồ sơ ghi chép và sau này là hình thức tiền tệ - và cuối cùng là tiền tiết kiệm trong ngân hàng hoặc tại một tổ chức xã hội khác. Một số cách khái niệm hóa phải đóng vai trò trung gian, nếu không, toàn bộ phạm vi các phương thức và ý tưởng vây quanh phạm trù hy sinh và công việc, cùng với hình thức đại diện của chúng, có thể sẽ không bao giờ xuất hiện được.

Tổ tiên chúng ta đã "diễn" một vở kịch, một tác phẩm hư cấu: Họ đã nhân hóa thế lực chi phối số mệnh như một linh hồn mà ta có thể thương lượng, giao dịch như thể đó là một con người khác. Và điều tuyệt vời là *nó hiệu quả*. Một phần vì tương lai chủ yếu được cấu thành từ những người khác - thường chính là những người đã chứng kiến, nhận định và đánh giá những chi tiết nhỏ nhất từ hành vi trong quá khứ của bạn. Nó chẳng khác mấy với "tác phẩm" về Thượng Đế, Người ngồi trên cao, theo dõi từng bước của bạn và ghi lại trong một cuốn tập dày cộm để tham khảo sau này. Sau đây là một ý tưởng biểu trưng hữu ích: *Tương lai là một người cha có tính hay phán xét*. Đó là một khởi đầu tốt. Nhưng lại nảy sinh thêm hai câu hỏi điển hình, cơ bản từ lần khám phá về sự hy sinh và công việc. Cả hai đều liên quan đến sự mở rộng tới cùng của tính hợp lý trong công việc - đó là *hy sinh bây giờ để gặt hái sau này*.

Câu hỏi đầu tiên là: Ta phải hy sinh điều gì? Những hy sinh bé nhỏ có thể đủ để giải quyết được những vấn đề vụn vặt. Tuy nhiên, rất có khả năng những hy sinh lớn hơn, toàn diện hơn giải quyết được một loạt các vấn đề to lớn và phức tạp cùng lúc. Điều đó khó hơn nhưng có lẽ tốt hơn hẳn. Ví dụ, việc thích nghi với kỷ cương cần thiết của trường y sẽ gây cản

trở ghê gớm đến lối sống phóng túng của một sinh viên đại học cực kỳ mê tiệc tùng. Từ bỏ điều ấy là một sự hy sinh. Nhưng một bác sĩ có thể - xin diễn giải lại lời George W. - thực sự kiếm được miếng ăn cho gia đình. Như thế đã là bỏ qua được rất nhiều rắc rối trong một khoảng thời gian rất dài. Vì vậy, hy sinh là cần thiết để cải thiện tương lai và hy sinh càng lớn thì tương lai sẽ càng tốt đẹp.

Câu hỏi thứ hai (đây thực sự là một bộ câu hỏi liên quan đến nhau): Chúng ta đã lập ra một nguyên tắc cơ bản - *hy sinh sẽ cải thiện tương lai*. Một khi nguyên tắc được thiết lập, chúng phải được phát huy. Và chúng ta phải hiểu rõ phạm vi mở rộng và tầm quan trọng của nó. Vậy điều gì ngụ ý rằng sự hy sinh sẽ cải thiện được tương lai trong những trường hợp cực đoan và chung cuộc nhất? Giới hạn của nguyên tắc cơ bản này nằm ở đâu? Chúng ta phải bắt đầu bằng câu hỏi: "Đâu là kết quả to lớn nhất và hiệu quả nhất - khiến ta hài lòng nhất - từ mọi sự hy sinh khả dĩ?" và tiếp theo là: "Tương lai khả dĩ tốt đẹp nhất là gì nếu ta có thể hy sinh sao cho hiệu quả nhất?"

Câu chuyện Kinh Thánh về Cain và Abel, hai người con trai của Adam và Eve, tiếp nối câu chuyện trục xuất khỏi Thiên Đường như đã đề cập ở phần trước. Cain và Abel thực sự là những con người đầu tiên, bởi cha mẹ họ được Thượng Đế trực tiếp tạo nên chứ không được sinh ra theo lối thường. Cain và Abel sống trong *lịch sử*, chứ không phải vườn Địa đàng. Họ phải lao động. Họ phải hy sinh để làm hài lòng Thượng Đế và họ đã làm thế thông qua bệ thờ và nghi lễ đúng mực. Mọi chuyện trở nên phức tạp hơn khi các lễ vật của Abel khiến Thượng Đế hài lòng trong khi của Cain lại không. Abel được tưởng thưởng nhiều lần trong khi Cain chẳng có gì. Không có lý do nào rõ ràng cho điều này (dù văn tự nhấn mạnh rằng

do Cain không đặt trọn tâm mình vào các lễ vật). Có thể lễ vật mà Cain đã mang đến có chất lượng kém. Hoặc có thể anh ta hẹp lòng hẹp dạ. Hoặc cũng có thể do Thượng Đế phật ý vì lý do riêng nào đó của Ngài. Tất thảy đều là thật, bao gồm cả sự mập mờ trong cách diễn giải của thư tịch. Không phải mọi sự hy sinh đều thỏa đáng như nhau. Hơn nữa, có vẻ như một sự hy sinh tưởng là đắt giá lại không được đền đáp bằng tương lai tốt đẹp hơn - và chẳng ai hiểu rõ vì sao. Vì sao Thượng Đế lại không vui? Cần thay đổi điều gì để Ngài vui lòng? Đó là những câu hỏi hóc búa mà ai cũng luôn tự hỏi, dù chính họ cũng không nhận ra.

Việc đặt ra và nghĩ đến những câu hỏi như thế không khác gì nhau.

Ban đầu, việc nhận thức được rằng trì hoãn sự hài lòng có thể sẽ gây cho ta nhiều khó khăn. Điều này hoàn toàn đối lập với tổ tiên của chúng ta, với các bản năng động vật cơ bản là đòi hỏi sự thỏa mãn tức thời (đặc biệt khi ở trong những điều kiện thiếu thốn phổ biến và không thể tránh khỏi). Và phức tạp hơn nữa là sự trì hoãn ấy chỉ trở nên hữu ích khi nền văn minh đã được thiết lập ổn định, đủ để đảm bảo cho sự tồn tại của một phần thưởng đã bị trì hoãn trong tương lai. Nếu mọi thứ bạn dành dụm được bị phá hủy, hoặc tệ hơn là bị đánh cắp, thì dành dụm sẽ chẳng còn ý nghĩa gì. Chính vì lý do này mà một con sói sẽ phải tự bớt đi 9 ký thịt tươi cho một bữa ăn. Nhưng nó không hề nghĩ rằng "Trời ạ, mình chẳng việc gì phải chè chén no say cả, mình nên để dành một ít cho tuần tới." Vậy làm thế nào để hai thành tựu bất khả thi và cần phải xảy ra cùng lúc này (sự trì hoãn và sự ổn định của xã hội trong tương lai) có thể tự biểu hiện ra?

Đây là một quá trình phát triển từ động vật thành con người. Điều này hiển nhiên là sai nếu xét kỹ chi tiết. Nhưng nó đúng vừa đủ cho mục đích của chúng ta: Thứ nhất, thực phẩm thì luôn dư thừa. Xác thú lớn, voi ma-

mút hay những loài ăn cỏ cỡ lớn có thể mang lại điều đó. (Chúng ta đã ăn rất nhiều voi ma-mút. Có khi là tất cả). Sau khi giết thịt một con vật to lớn, sẽ có một số phần dư thừa để dành. Ban đầu, việc đó chỉ diễn ra ngẫu nhiên - nhưng cuối cùng, công dụng của việc "để dành về sau" bắt đầu được trân trọng. Những ý niệm tạm thời về sự hy sinh cũng hình thành cùng lúc: "Nếu mình để lại vài miếng, cho dù lúc này mình rất muốn được ăn, thì sau này mình sẽ không bị đói." Ý niệm tạm thời này phát triển lên tầm cao hơn ("Nếu mình để dành lại vài miếng, mình sẽ không lo bị đói và cả những người mình quan tâm cũng thế") và rồi lại nâng lên tầm cao hơn nữa ("Mình không thể ăn hết con voi ma-mút này, nhưng mình cũng không thể dự trữ phần còn lại quá lâu. Có lẽ mình nên cho những người khác cùng ăn. Họ có thể sẽ ghi nhớ điều này và sẽ cho mình ăn phần voi ma-mút của họ lúc mình chẳng may không có gì. Rồi mình sẽ có voi ma-mút để ăn bây giờ *và* sau này cũng thế. Đó là một việc có lợi. Những người mình chia sẻ nhìn chung sẽ tin tưởng mình hơn. Và chúng ta có thể trao đổi mãi mãi với nhau."). Theo đó, "ma-mút hiện tại" sẽ trở thành "ma-mút tương lai" và rồi "ma-mút tương lai" sẽ trở thành "danh tiếng cá nhân". Đó chính là sự xuất hiện của khế ước xã hội.

Chia sẻ không phải là cho đi thứ gì đó bạn trân trọng mà không được nhận lại được gì. Thay vào đó, chỉ có những đứa trẻ không chịu chia sẻ mới sợ như thế. Đúng ra, chia sẻ nghĩa là khởi đầu một quá trình giao dịch. Một đứa trẻ không thể chia sẻ - hay là không biết giao dịch - không thể có bạn bè, vì quan hệ bạn bè chính là một hình thức trao đổi (giao dịch). Benjamin Franklin đã từng khuyên một người mới chuyển đến hãy nhờ hàng xóm giúp đỡ mình việc gì đó, dẫn chứng một câu châm ngôn cổ: *Một người từng giúp đỡ bạn sẽ rất sẵn lòng giúp bạn thêm lần nữa hơn là*

một người có nghĩa vụ làm thế. Theo quan điểm của Franklin, việc nhờ ai làm một điều gì đó (tất nhiên là đừng quá đáng) chính là lời mời tương tác xã hội tức thời hữu ích nhất. Việc một người mới đến nhờ hỗ trợ sẽ giúp hàng xóm của họ có cơ hội thể hiện mình là người tốt ngay từ lần gặp gỡ đầu tiên. Điều đó cũng đồng nghĩa người hàng xóm ấy cũng có thể nhờ người mới đến việc gì đó đổi lại bởi sự mang ơn ân huệ sẽ gia tăng mối thân tình và lòng tin giữa đôi bên. Cách ấy sẽ giúp cả hai phía có thể vượt qua sự rụt rè tự nhiên và nỗi e ngại chung đối với người lạ.

"Có còn hơn không." Nhưng sẽ tốt hơn nếu bạn rộng lòng chia sẻ những gì mình có. Tuy nhiên, còn tốt hơn nữa khi ai cũng biết bạn là một người hào phóng. Một điều gì đó lưu lại lâu dài. Một điều gì đó đáng tin cậy. Và ở bước trừu tượng hóa này, chúng ta có thể quan sát nền tảng cơ bản của các khái niệm *đáng tin cậy, thành thật* và *rộng lượng* được hình thành. Cơ sở cho luân lý đa phương diện đã định rõ. Một người biết chia sẻ một cách hữu ích và thật lòng chính là mẫu hình của một công dân tốt, một con người tốt. Theo đó, ta có thể hiểu được làm sao một quan niệm đơn giản như "dư thừa là một ý hay" lại hình thành nên những nguyên tắc đạo đức cao vời nhất.

Những điều sau đây sẽ xảy ra khi nhân loại ngày càng phát triển. Trước tiên, hãy quay về hàng chục, hàng trăm nghìn năm đằng đẵng trước khi có sự xuất hiện của sử sách và các câu chuyện ghi chép. Trong suốt khoảng thời gian này, đã có hai phương thức trì hoãn và trao đổi bắt đầu xuất hiện một chậm rãi và đầy khó khăn. Rồi chúng trở nên tiêu biểu - theo nghĩa trừu tượng ẩn dụ - như trong các nghi lễ và câu chuyện về hiến tế, được kể theo cách như sau: *"Cứ như thể* có một Đấng Toàn năng trên Trời, Ngài có thể nhìn thấu mọi thứ và đang phán xét ngươi. Việc cho đi thứ gì đó mà

ngươi xem trọng dường như sẽ khiến Ngài hài lòng - và ngươi quả tình muốn Ngài vui lòng, bởi nếu không cửa Địa Ngục sẽ chào đón ngươi nếu ngươi không làm thế. Cho nên, việc rèn luyện sự hy sinh và chia sẻ cho đến khi ngươi thành thục sẽ giúp mọi điều tốt đẹp đến với ngươi[40]" Không ai nói ra những điều này, ít nhất là một cách rõ ràng và trực tiếp. Nhưng nó đã ẩn chứa trong thực tiễn và tiếp đó là trong những câu chuyện như thế.

Hành động phải đến trước (và nó phải như thế, vì loài người cổ xưa là một sinh vật chỉ biết làm chứ không biết nghĩ). *Giá trị ngầm ẩn mà ta chưa nhận ra sẽ đến trước* (vì những hành động đến trước suy nghĩ sẽ bao hàm cả giá trị, nhưng không thể hiện rõ giá trị ấy ra). Con người đã chứng kiến thành công và thất bại suốt hàng nghìn năm. Chúng ta tưởng rằng điều đó đã kết thúc và rút ra kết luận: *Thành công trì hoãn sự hài lòng trong chúng ta. Thành công mặc cả với tương lai trong chúng ta*. Một ý tưởng vĩ đại bắt đầu xuất hiện với hình thức "rõ ràng hơn bao giờ hết" và trong những câu chuyện "rành mạch hơn bao giờ hết": Đâu là sự khác biệt giữa thành công và thất bại? *Kẻ thành công thường biết hy sinh*. Mọi thứ sẽ trở nên tốt đẹp hơn khi người thành công thực hiện sự hy sinh của mình. Các câu hỏi càng trở nên chính xác và đồng thời cũng khái quát hơn: Sự hy sinh nào khả dĩ là vĩ đại nhất? Vì những điều tốt đẹp nào khả dĩ cao cả nhất? Và các câu trả lời sẽ trở nên ngày càng sâu sắc và uyên thâm hơn.

Như bao vị thần khác, Thượng Đế trong truyền thống phương Tây cũng đòi hỏi sự hy sinh. Chúng ta đã xem xét nguyên do rồi. Nhưng đôi khi Ngài thậm chí còn muốn hơn thế nữa. Ngài đòi hỏi không chỉ hy sinh, mà sự hy sinh đó còn phải chính là điều mà ta trân quý nhất. Điều này

được khắc họa rõ nét (và là bằng chứng dễ gây hiểu nhầm nhất) trong câu chuyện về Abraham và Isaac. Abraham, bề tôi yêu quý của Thượng Đế, hằng mong mỏi có một cậu con trai - và Thượng Đế hứa sẽ ban cho ông ta điều đó, dù qua nhiều lần trì hoãn và trong những điều kiện bất khả thi như tuổi già và một người vợ hiếm muộn lâu năm. Không lâu sau đó, bé trai Isaac đã ra đời một cách diệu kỳ. Nhưng khi Isaac còn là một đứa bé, Thượng Đế đã đổi ý, và đưa ra một yêu cầu khắc nghiệt và vô lý rằng người phụng sự trung thành của Ngài phải hiến tế đứa con trai bé nhỏ như một vật hy sinh. Câu chuyện đã kết thúc có hậu: Thượng Đế cử một thiên thần đến để ngăn hành động tuân phục của Abraham và chấp nhận một con cừu đực để làm vật thay thế cho Isaac. Đó là điều tốt, nhưng lại không thực sự giải quyết được vấn đề trước mắt: Vì sao Thượng Đế lại đi xa hơn mức cần thiết như vậy? Tại sao Ngài - hay tại sao cuộc đời - lại áp đặt lên ta những đòi hỏi như thế?

Chúng ta sẽ bắt đầu phân tích với một sự thật hiển nhiên, tuyệt đối, rõ ràng và cũng rất giản dị: *Đôi khi mọi chuyện không suôn sẻ*. Dường như chúng ta có nhiều điều phải làm trước bản chất khủng khiếp của thế giới, nơi đầy rẫy dịch bệnh, nạn đói, chiến tranh và sự phản bội. Nhưng khó khăn là đây: *Đôi khi mọi chuyện diễn ra không suôn sẻ và thế giới không phải là nguyên do. Thay vì thế, nguyên do ấy hiện là điều được xem trọng nhất về mặt chủ quan lẫn cá nhân*. Vì sao? Vì thế giới đã được mặc khải ở tầm mức vô hạn, thông qua khuôn mẫu về các giá trị của chúng ta (sẽ được nhắc đến nhiều hơn ở Quy luật 10). Do đó, nếu thế giới mà bạn đang chứng kiến không phải là thế giới như bạn muốn, thì đã đến lúc đánh giá lại các giá trị của bạn. Đã đến lúc thoát khỏi những định kiến hiện tại của bạn. Đã đến lúc bỏ qua. Thậm chí đã đến lúc bạn phải hy sinh điều mình

trân quý nhất để có thể trở thành người mà bạn có thể trở thành, thay vì giữ nguyên con người hiện tại.

Có một câu chuyện cổ - cũng có thể là một dị bản về cách bắt một chú khỉ - minh họa rất hay cho loạt ý tưởng này. Đầu tiên, người ta tìm một chiếc bình lớn có cổ hẹp, với đường kính miệng vừa đủ rộng để một chú khỉ thò được tay vào. Kế tiếp, họ phải đổ đá vào bình để chú khỉ không thể mang đi vì bình quá nặng. Sau đó, họ rắc ít mồi để nhử chú khỉ đến gần bình và đặt vài miếng vào trong bình. Chú khỉ sẽ tiến lại gần, thò tay vào miệng bình và nắm lấy một nắm đầy. Nhưng lúc này nó sẽ không thể rút nắm tay đầy mồi ấy ra khỏi miệng bình. Nó không thể rút ra nếu nó không thả nắm đồ ăn ra. Nó không thể rút ra nếu không từ bỏ những gì mình đang có. Và nó sẽ không làm thế. Người bắt khỉ chỉ cần tiến về phía chiếc bình và tóm lấy con vật đáng thương. Động vật sẽ không hy sinh một phần nào để bảo toàn tất cả.

Từ bỏ một điều gì đó đáng giá là để đảm bảo cho sự phồn thịnh trong tương lai. Ta phải hy sinh điều quý giá để làm hài lòng Đức Chúa. Vậy điều gì là quý giá và đáng để hy sinh nhất? - hay chí ít là điều gì *mang tính biểu trưng nhất?* Đó là lựa chọn cắt một phần thịt. Từ con vật ngon nhất trong đàn. Cũng là vật sở hữu có giá trị nhất. Nhưng còn gì hơn thế nữa? Một thứ gì đó mang tính cá nhân thiêng liêng và gây đau đớn cực kỳ nếu từ bỏ. Có lẽ nó đã được biểu trưng trong sự cương quyết của Abraham đối với cái lệ hiến tế, khi dâng một phần (mang tính biểu trưng) để chuộc lại toàn bộ. Còn điều gì hơn thế? Còn điều gì gắn liền với toàn bộ một con người hơn một phần của người ấy? Điều gì làm nên sự hy sinh tối thượng - để đổi lấy phần thưởng tối thượng?

Đó là mối liên hệ gần gũi giữa con cái với bản thân. Sự hy sinh của

một người mẹ để mang con mình đến thế giới này được thể hiện sâu sắc qua tác phẩm điêu khắc tuyệt đẹp của Michelangelo, tượng *Đức Mẹ Sầu bi - Pieta,* được minh họa ở phần mở đầu chương này. Michelangelo đã khắc họa Đức Mẹ Maria lặng nhìn thân xác Con trai Người bị đóng đinh lên thập giá và hủy hoại. Đây là lỗi *của bà*. Vì bà mà Người đã đến với thế giới này và đó là tấn bi kịch vĩ đại của Hữu thể. *Có đúng không khi đem một đứa trẻ đến thế giới tồi tệ này?* Mỗi người phụ nữ đều tự vấn mình câu hỏi ấy. Một số người nói "không" và họ có lý do riêng của mình. Mẹ Maria trả lời "có" một cách tự nguyện. Người hoàn toàn biết rõ điều gì sắp xảy ra - giống như bao bà mẹ khác, nếu họ cho phép bản thân mình tỏ tường. Đó là một hành động can đảm tột cùng được thực hiện một cách tự nguyện.

Đổi lại, con trai của Mẹ Maria, Chúa Giê-su đã tự hiến mình cho Thượng Đế và thế gian, cho sự phản bội, tra tấn và chết chóc - cho đỉnh điểm tuyệt vọng trên thập giá, nơi Người thốt nên những lời thảm thiết: *Chúa tôi, Chúa tôi, sao Người bỏ rơi con?* (Ma-thi-ơ 27:46). Đó là câu chuyện nguyên bản về một người dâng hiến mọi thứ của mình vì điều tốt đẹp hơn - người dâng hiến mạng sống của mình cho sự tiến bộ của Hữu thể - người cho phép ý chí của Thượng Đế hiển lộ hoàn toàn bên trong những giới hạn của một cuộc đời duy nhất và trần tục. Đây là hình mẫu của một con người đáng trọng. Tuy nhiên, trong trường hợp Chúa Giê-su, - khi Người tự hiến thân mình - thì Thượng Đế, hay Chúa Cha, cũng đồng thời hiến dâng con trai của *Ngài*. Đó là lý do vì sao người Cơ Đốc giáo xem câu chuyện hy sinh Con trai và Bản thân là mẫu mực. Đó là một câu chuyện đã đi đến tận cùng, không còn có thái cực nào xa hơn để hình dung được nữa. Đó chính là khái niệm của "nguyên mẫu", là cốt lõi của cái tạo

nên "tôn giáo".

Nỗi đau và sự chịu đựng định nghĩa nên thế giới. Đó là điều không phải nghi ngờ. Sự hy sinh có thể kìm hãm nỗi đau và sự chịu đựng ở mức độ nhiều hơn hoặc ít hơn - và sự hy sinh to lớn hơn sẽ có tác dụng hơn sự hy sinh nhỏ. Điều này cũng không phải nghi hoặc. Mọi người đều ghi khắc điều này trong tâm khảm. Như vậy, những ai mong muốn làm vơi bớt nỗi thống khổ - những ai mong muốn sửa chữa những khiếm khuyết trong Hữu thể, những ai mong muốn mang lại điều tốt đẹp nhất cho mọi tương lai khả dĩ, những ai muốn tạo nên Thiên Đường nơi Hạ Giới - sẽ phải thực hiện sự hy sinh cao cả nhất, tức bản thân lẫn con cái, tức mọi thứ mà anh ta yêu quý để sống một cuộc đời hướng Thiện. Anh ta sẽ bỏ qua lợi ích. Anh ta sẽ theo đuổi con đường dẫn đến ý nghĩa cao cả. Và qua đó, anh ta sẽ mang lại sự cứu rỗi cho một thế giới đầy tuyệt vọng.

Nhưng liệu một điều như thế có khả thi không? Chỉ đơn giản bằng cách không đòi hỏi quá nhiều ở một cá nhân thôi sao? Có thể người ta sẽ phản bác rằng mọi thứ đều ổn với chúa Giê-su - nhưng Người là Con trai đích thực của Thượng Đế. Ngoài ra, chúng ta còn có những ví dụ khác ít màu sắc thần thoại hóa và điển hình hơn. Ví dụ, hãy xét trường hợp của của nhà hiền triết Hy Lạp cổ đại Socrates. Sau cả cuộc đời tìm kiếm chân lý và giáo huấn người dân của mình, Socrates phải đối mặt với một phiên tòa đại hình vì chống lại thành bang Athens - quê hương ông. Những kẻ buộc tội đã cho ông nhiều cơ hội để có thể dễ dàng thoát án và tránh khỏi mọi rắc rối. Nhưng vị hiền nhân vĩ đại đã cân nhắc và khước từ lối hành động này. Khi ấy, người bạn đồng hành Hermogenes đã quan sát ông bàn luận "bất kể và tất cả mọi chủ đề" ngoại trừ phiên xử và hỏi tại sao ông lại bình thản như thế. Đầu tiên, Socrates trả lời rằng ông dành cả cuộc đời để

bênh vực cho chính mình, nhưng sau đó lại nói một điều quan trọng và bí ẩn hơn: Khi ông đặc biệt bỏ công xem xét các chiến lược giúp mình được tha bổng "bằng những biện pháp công bình hoặc gian trá" - hay thậm chí chỉ đơn giản cân nhắc những hành động khả dĩ của mình tại phiên tòa - ông cảm thấy bản thân bị một thế lực siêu nhiên ngăn lại: tiếng nói bên trong ông, tiếng nói của *thần hộ mệnh*. Socrates tự tranh biện với giọng nói ấy trong phiên xử. Ông nói rằng một trong những đặc điểm phân biệt giữa ông và người khác chính là sự tuyệt đối lắng nghe những lời răn đe của nó - *ngừng nói* và *ngừng hành động* khi giọng nói ấy phản đối. Chính những vị Thần thánh đã ban cho ông sự khôn ngoan hơn bao người khác, mà theo Lời sấm truyền Delphi[41] thì chủ yếu vì lý do này mà ông được xem là vị quan tòa đáng tin cậy cho những điều ấy.

Bởi tiếng nói nội tâm đáng tin cậy bảo ông nhất định không trốn chạy (hay thậm chí tự bào chữa cho mình), nên Socrates đã thay đổi triệt để quan điểm của ông về tầm quan trọng của phiên xử. Ông bắt đầu cho rằng đây là một phước lành hơn là sự trừng phạt. Ông nói với Hermogenes rằng ông nhận ra linh hồn mà ông luôn lắng nghe đã mang đến cho ông lối thoát khỏi cuộc đời này, theo cách "dễ dàng nhất và cũng ít gây phiền lòng bạn bè nhất", với một "cơ thể khỏe mạnh cùng một tâm hồn thánh thiện", cũng như thoát khỏi "nỗi thống khổ của bệnh tật" cùng sự phiền toái của tuổi già quá quắt. Quyết định chấp nhận số phận của Socrates đã giúp ông trút bỏ nỗi sợ chết khi phải tự mình đối mặt với chính cái chết, trước và trong suốt phiên xử, sau khi bản án được đưa ra và thậm chí sau đó nữa, trong suốt buổi hành hình. Ông nhận thấy cuộc đời mình đã quá sung túc và đủ đầy để giờ đây có thể buông bỏ nó. Ông được trao cơ hội để sắp xếp lại mọi chuyện. Ông nhận thấy mình có thể thoát khỏi sự suy tàn dần của

những năm sắp đến. Ông bắt đầu hiểu rằng mọi chuyện xảy đến với ông chính là món quà từ thần linh. Bởi thế, ông không buộc phải biện hộ cho bản thân trước những kẻ cáo buộc - chí ít không phải với mục đích tuyên bố sự vô tội của ông và thoát khỏi số phận này. Thay vì thế, ông xoay chuyển tình thế, diễn giải trước các quan tòa sao cho cử tọa hiểu được chính xác vì sao hội đồng thành phố lại muốn kẻ là ông phải chết. Rồi ông uống chén thuốc độc như một đấng trượng phu.

Socrates đã khước từ lợi lộc và nhu cầu thao túng gắn liền với nó. Thay vì thế, trong hoàn cảnh khốc liệt nhất, ông vẫn chọn cách duy trì sự theo đuổi ý nghĩa và sự thật. Sau 2.500 năm, chúng ta vẫn nhớ đến quyết định của ông và lấy đó làm an ủi. Chúng ta có thể học được gì từ điều này? Nếu chấm dứt những điều sai trái rành rành và sống đúng theo tiếng gọi lương tâm, bạn sẽ giữ được sự thanh cao của mình, ngay cả khi phải đối mặt với mối đe dọa hung hiểm nhất. Nếu chân thành và dũng cảm tuân theo những lý tưởng cao đẹp nhất, bạn sẽ được bảo hộ và mạnh mẽ hơn so với bất kỳ sự tập trung hời hợt nào vào an toàn của chính mình. Nếu sống đúng đắn và trọn vẹn, bạn có thể khám phá được ý nghĩa sâu sắc để tự bảo vệ mình ngay cả trước nỗi sợ cái chết.

Tất cả những điều ấy liệu có đúng không?

CÁI CHẾT, CÁI KHÓ VÀ CÁI ÁC

Bi kịch của sự tự ý thức về Hữu thể sinh ra đau khổ, và chịu đựng nỗi khổ là điều không thể tránh khỏi. Sự chịu khổ này lại thúc đẩy mong muốn ích kỷ - để thỏa mãn lợi ích cá nhân tức thời. Nhưng sự hy sinh - và công việc - lại phát huy vai trò giúp tránh xa đau khổ hơn nhiều so với sự hài lòng tức thời. Tuy nhiên, bản thân bi kịch (được hiểu là tính khắc nghiệt

của xã hội và tự nhiên, đối lập với sự dễ bị tổn thương của cá nhân) không phải là nguồn cơn đau khổ duy nhất - và thậm chí không phải là căn nguyên chính. Chúng ta còn phải xét đến vấn đề cái ác. Chắc chắn thế giới ngoài kia gây nhiều trở ngại cho chúng ta, nhưng sự vô nhân tính giữa người với người còn kinh khủng hơn nữa. Thế nên, vấn đề hy sinh lại càng phức tạp hơn gấp bội: Nó không chỉ là sự túng thiếu và hữu hạn của con người vốn có thể giải quyết bằng công việc - bằng cách sẵn lòng hiến dâng và từ bỏ. Đây cũng chính là vấn đề của cái ác.

Hãy xem xét lại một lần nữa câu chuyện về Adam và Eve. Cuộc sống trở nên rất khó khăn cho con cái của họ (chính là chúng ta) sau sự sa đọa rồi thức tỉnh của hai đấng phụ mẫu nguyên bản. Đầu tiên là số phận khủng khiếp chờ đợi chúng ta trong thế giới hậu Thiên Đường - trong thế giới của lịch sử. Nổi bật nhất chính là cái mà Goethe gọi là "nỗi cực nhọc sáng tạo vô hạn của chúng ta". Con người phải làm việc, như ta đã thấy. Chúng ta làm việc vì ta đã thức tỉnh trước sự thật về bản chất dễ tổn thương của chính mình, tính khuất phục của ta trước bệnh tật và cái chết, cùng với mong muốn tự bảo vệ mình càng lâu càng tốt. Một khi đã nhìn thấy tương lai, chúng ta phải chuẩn bị cho nó, hoặc sống trong sự phủ nhận và khiếp sợ. Vì vậy, chúng ta hy sinh sự hài lòng của hôm nay vì một ngày mai tốt đẹp hơn. Nhưng việc nhận ra sự khả tử và nhu cầu làm việc không phải là mặc khải duy nhất dành cho Adam và Eve khi họ ăn trái cấm, thức tỉnh và được khai nhãn. Họ cũng được ban cho (hoặc bị nguyền rủa bởi) sự hiểu biết về Thiện và Ác.

Tôi phải mất nhiều thập kỷ để hiểu được điều ấy nghĩa là gì (thậm chí chỉ hiểu được một phần). Điều đó như sau: Một khi chủ ý nhận thức được rằng bạn, chính bản thân bạn, dễ bị tổn thương, thì bạn cũng sẽ hiểu được

bản chất dễ bị tổn thương của con người nói chung. Bạn hiểu được nỗi sợ hãi, tức giận, oán giận và cay đắng là như thế nào. Bạn hiểu nỗi đau có ý nghĩa gì. Một khi thực sự hiểu được những cảm xúc ấy trong chính bản thân mình và biết chúng được tạo ra thế nào, bạn sẽ hiểu cách *chúng nảy sinh trong những người khác ra sao*. Theo lẽ này, những sinh vật biết tự ý thức như chúng ta có khả năng gây đau khổ người khác một cách khôn khéo và tùy ý (và tất nhiên là cả với bản thân chúng ta nữa - nhưng ngay lúc này đây ta chỉ bận tâm đến người khác). Qua câu chuyện của Cain và Abel - hai người con trai của Adam và Eve - chúng ta thấy được hậu quả của vốn hiểu biết mới này biểu hiện ra sao.

Ngay khi xuất hiện, nhân loại đã học cách hy sinh cho Thượng Đế. Trên những bệ thờ đá được thiết kế cho mục đích ấy, con người thực hiện một một nghi lễ chung: hạ sát một thứ gì đó có giá trị, một con vật được lựa chọn hay một bộ phận nào đó của nó, rồi sự chuyển hóa của nó trong làn khói và ngọn lửa (thành linh hồn) sẽ thăng lên Thiên Đường. Theo cách này, quan điểm trì hoãn đã được cải biên để tương lai có thể tốt lên. Những vật hiến tế của Abel được Thượng Đế chấp thuận và đời anh khởi sắc. Ngược lại, Ngài đã từ chối tặng vật của Cain. Anh ta trở nên ganh ghét và chất chứa cay đắng - nhưng ít ra điều đó cũng dễ hiểu. Nếu có ai đó thất bại và bị chối bỏ vì anh ta không đem lại bất kỳ sự hy sinh nào cả - thì ít ra điều này cũng dễ hiểu. Anh ta vẫn có thể cảm thấy giận dữ và oán hận; nhưng thẳm sâu trong lòng, anh ta biết phải tự đổ lỗi cho mình. Nhìn chung, kiến thức ấy đặt ra một giới hạn cho sự phẫn nộ của anh ta. Tuy nhiên, tệ hơn cả là nếu anh ta thực sự bỏ qua được sự khoái lạc ngay lúc này - nếu anh ta cố gắng phấn đấu, chịu khổ - nhưng mọi thứ vẫn bất thành, nếu anh ta lại lần nữa bị chối bỏ bất chấp mọi nỗ lực. Thì anh ta sẽ

đánh mất cả hiện tại *lẫn* tương lai. Sau đó, công việc của anh ta - sự hy sinh của anh ta - chỉ còn là vô nghĩa. Trong những tình huống ấy, thế giới sẽ trở nên tối tám, còn tâm hồn sẽ dấy loạn.

Cain đã phẫn nộ vì bị từ chối. Anh ta đối diện với Thượng Đế, buộc tội Ngài và nguyền rủa sản phẩm tạo tác của Ngài. Điều này hóa ra là một quyết định sai lầm. Thượng Đế đáp trả một lời chắc nịch rằng tất cả lỗi lầm là của Cain - và tệ hơn nữa là Cain đã lẩn tránh tội lỗi một cách chủ tâm và man trá, nên anh ta phải nhận lấy hậu quả. Đây hoàn toàn không phải là điều Cain muốn nghe. Đây không hề là lời xin lỗi từ Thượng Đế. Thay vào đó, nó là hành động chà xát vào vết thương trong anh. Cain, sau khi gặm nhấm nỗi cay đắng tận xương tủy từ lời đáp của Thượng Đế, đã lập kế trả thù. Anh ta cả gan bất tuân Đấng Tạo hóa. Thật liều lĩnh! Cain biết cách gây tổn thương cho đối phương. Xét cho cùng, anh ta biết tự ý thức - và càng ý thức hơn nữa trong nỗi đau khổ và hổ thẹn. Vì vậy, anh ta nhẫn tâm sát hại Abel. Anh ta giết đi người em trai, hủy hoại lý tưởng của chính mình (Abel là hình mẫu của mọi thứ mà Cain muốn trở thành). Anh ta gây ra tội ác khủng khiếp cho tất thảy hòng trêu tức bản thân, cùng một lúc trêu ngươi nhân loại và cả Thượng Đế. Anh ta làm điều đó cốt để hả giận và thỏa ý trả thù của mình. Anh ta làm điều đó để biểu lộ sự phản đối căn bản của mình đối với sự tồn tại - chống lại những thất thường quá quắt của chính Hữu thể. Và hậu duệ của Cain - truyền nhân của thể xác lẫn ý định của anh ta - còn tệ hại hơn. Trong cơn thịnh nộ hiện tại, Cain đã ra tay một lần. Lamech, hậu duệ của anh ta, còn đi xa hơn thế nhiều. "Ta sát hại một kẻ vì vết thương mà ta đang mang", Lamech nói, "và hạ thủ một người trẻ tuổi vì nỗi đau của mình. Nếu Cain được báo thù gấp bảy lần, thì với Lamech là 77 lần" (Sáng thế ký 4: 23-24). Tubulcain là người dạy cách

chế ra "mọi công cụ bằng đồng và sắt" (Sáng thế ký 4:22). Tubulcain là thế hệ thứ bảy tính từ Cain - và theo truyền thuyết là người đầu tiên tạo ra vũ khí chiến tranh. Và theo mạch các câu chuyện trong Sáng thế ký, kế tiếp là cơn Đại hồng thủy. Các sự kiện được sắp xếp cạnh nhau như thế không phải là tình cờ.

Cái ác xâm nhập vào thế giới qua sự tự ý thức. Nỗi cơ cực mà Thượng Đế nguyền với Adam đã đủ tệ hại rồi. Nỗi khổ khi sinh con mà Eve phải gánh chịu và sự phụ thuộc toàn diện vào chồng cũng không phải là nhỏ. Chúng cho thấy những bi kịch ngầm ẩn, vô cùng khổ sở của sự thiếu thốn, nghèo túng, nhu cầu xác thịt và sự khuất phục trước bệnh tật lẫn cái chết đồng thời định nghĩa nên và yêu sách sự tồn tại. Thực tại đích thực của chúng đôi khi đủ để biến một kẻ dũng cảm quay sang chống lại cuộc sống. Tuy nhiên, kinh nghiệm của tôi cho rằng con người đủ mạnh mẽ để dung thứ cho những bi kịch ngẩm ẩn của Hữu thể mà không nao núng - không phạm tội, hoặc tệ hơn là tha hóa thành xấu xa. Tôi liên tục được chứng kiến những bằng chứng này trong cuộc sống cá nhân của mình, trong sự nghiệp của một giáo sư và trong vai trò một bác sĩ lâm sàng. Động đất, lũ lụt, đói nghèo, ung thư - chúng ta đủ cứng cỏi để vượt qua được tất cả chúng. Nhưng cái ác của con người lại tạo thêm một phương diện hoàn toàn mới trên thế giới này. Đó là lý do sự trỗi dậy của tự ý thức, sự nhận thức về cái chết và hiểu biết về Thiện Ác được trình bày trong các chương đầu của Sáng thế ký (lẫn trong truyền thống rộng lớn tựu quanh nó) như một cơn hồng thủy mang tầm vóc vũ trụ.

Ác ý chủ tâm của con người có thể phá hủy tinh thần, dù bi kịch không thể khiến nó suy chuyển. Tôi nhớ đã từng cùng với một trong những khách hàng của mình khám phá ra cô ấy bị sốc sau nhiều năm chịu chứng trầm

cảm vì chấn thương nghiêm trọng - cơ thể rơi vào trạng thái run sợ và khiếp đảm hằng ngày cùng chứng mất ngủ mãn tính - chỉ vì những biểu hiện đơn thuần trên khuôn mặt của gã bạn trai cuồng nộ và say sưa rượu chè. "Sắc mặt gầm ghè" của gã ta (Sáng thế ký 4:5) chỉ rõ ham muốn hãm hại cô một cách rõ ràng và có chủ tâm. Cô đã quá đỗi ngây thơ và điều đó đã khiến cô chịu chấn thương. Nhưng đó không phải là vấn đề. Cái ác mà chúng ta tự gây cho người khác có thể khiến họ bị tổn hại sâu sắc và vĩnh viễn, ngay cả với người mạnh mẽ. Vậy chính xác những động cơ thúc đẩy cái ác này là gì?

Bản thân nó không chỉ thể hiện mình là hậu quả của cuộc sống khó khăn. Nó thậm chí không chỉ xuất hiện như một thất bại, hoặc do nỗi thất vọng và cay đắng mà thất bại thường gây ra. Nhưng liệu cuộc sống quá khó khăn có trầm trọng thêm bởi hậu quả của những hy sinh liên tục bị khước từ (bất chấp sự khái niệm hóa tệ đến đâu và việc thực thi nửa vời đến đâu chăng nữa)? Điều đó sẽ bẻ gãy tinh thần và biến họ thành những kiểu người quái ác thực sự - những người sau đó bắt đầu có chủ ý làm điều ác; bắt đầu gây ra cho bản thân và người khác không gì ngoài tổn thương và đau khổ (và làm điều ấy vì chính lợi ích của những tổn thương và đau khổ ấy). Theo đó, một vòng luẩn quẩn thực sự được thiết lập: bấm bụng hy sinh, thực hiện nửa vời; bị Thượng Đế hay thực tại phủ nhận sự hy sinh ấy (tùy bạn lựa chọn); rồi oán giận vì sự phủ nhận ấy; chìm vào nỗi cay đắng và khao khát trả thù; và sự hy sinh được thực hiện sau đó thậm chí còn miễn cưỡng hơn, hoặc bị khước từ hoàn toàn. Và chính Địa Ngục là đích đến của vòng xoáy đi xuống này.

Cuộc sống này thực sự "ti tiện, tàn ác và ngắn ngủi", như triết gia người Anh, Thomas Hobbes đã nhận xét theo cách rất đáng nhớ. Nhưng

khả năng làm điều ác của con người còn khiến mọi thứ tồi tệ hơn. Điều này đồng nghĩa với vấn đề trọng tâm của cuộc sống - đối diện với những thực tế tàn khốc - không đơn thuần là hy sinh điều gì hay ra sao để giảm bớt đau khổ và *cái ác - căn nguyên có chủ tâm, tự nguyện và đầy thù hận của nỗi khổ đau tồi tệ nhất*. Câu chuyện về Cain và Abel là sự biểu thị của một điển tích nguyên bản về huynh đệ và thù địch, anh hùng và kẻ thù: Hai thành tố trong tâm trí mỗi con người, một hướng lên cái Thiện, còn một hướng xuống cái Ác dưới tận cùng Địa Ngục. Abel là một anh hùng thực thụ: Những vị anh hùng cuối cùng lại bị đánh bại bởi Cain. Abel có thể làm Thượng Đế hài lòng - một thành tựu không hề tầm thường và khó có thể thực hiện - nhưng anh lại không vượt qua được tính ác của con người. Vì lý do này, Abel hoàn toàn vẫn chưa phải một nguyên mẫu hoàn thiện. Có lẽ anh ta ngây thơ, dù người anh em của anh ta có thể bội bạc và nham hiểm không thể tưởng, giống như con rắn trong Sáng thế ký 3:1. Nhưng những lời bào chữa, thậm chí cả lý do, dù là lý do có thể thông cảm, vốn dĩ không quan trọng, và không nằm trong bước phân tích sau cùng. Vấn đề về cái ác vẫn chưa được giải quyết ngay cả với những vật tế được Đức Chúa chấp thuận của Abel. Phải mất hàng nghìn năm nữa để nhân loại hiểu ra điều gì đó để chắp nối lại thành một giải pháp. Một vấn đề tương tự lại tái hiện, với hình thức lên đến đỉnh điểm trong câu chuyện về Chúa Giê-su và sự cám dỗ của Satan. Nhưng lần này, nó được thể hiện một cách toàn diện hơn - và người anh hùng đã chiến thắng.

ĐỐI MẶT VỚI CÁI ÁC

Theo câu chuyện, Chúa Giê-su được dẫn dắt vào hoang mạc "để chịu sự cám dỗ của quỷ dữ" (Ma-thi-ơ 4:1) trước khi bị đóng đinh. Đây là câu

chuyện về Cain được nhắc lại một cách trừu tượng. Cain, như chúng ta đã biết, luôn bất mãn và không hạnh phúc. Anh ta làm lụng chăm chỉ, hay chí ít là anh ta cảm thấy như thế, nhưng Thượng Đế lại chẳng hài lòng. Trong khi đó, trong mỗi lần xuất hiện, Abel lại cứ thế nhàn nhã sống qua ngày. Vụ mùa của anh ta đơm hoa kết trái. Phụ nữ yêu mến anh ta. Và hơn hết, anh thực sự là một chàng trai tử tế. Ai cũng biết điều đó. Abel xứng đáng với vận may của mình. Như thế lại càng có lý do để ghen ghét và đố kỵ với anh ta. Trái lại, mọi sự với Cain lại không suôn sẻ như thế; anh chàng thường nghiền ngẫm về nỗi bất hạnh của bản thân, giống như con kền kền ấp quả trứng. Và cứ thế, từ nỗi khốn khổ của mình, anh ta sinh ra tâm niệm xấu xa và do đó từng bước một tiến vào hoang mạc khô cằn trong tâm trí mình. Anh ta trở nên ám ảnh với vận rủi của đời mình, về sự bội tín của Thượng Đế. Anh ta dần dần nuôi dưỡng lòng oán hận. Hơn bao giờ hết, anh đâm ra nuông chiều những ảo tưởng trả thù ngày càng tinh vi hơn. Và khi làm thế, lòng kiêu ngạo của anh ta đã dâng ngang bằng quỷ Lucifer[42]. "Ta đang bị ngược đãi và áp bức", anh ta nghĩ. "Đây là một hành tinh ngu ngốc tàn nhẫn. Ta e rằng nó rồi sẽ rơi xuống Địa Ngục thôi." Chính điều đó đã khiến Cain đối mặt với Satan nơi hoang mạc - với mọi ý định và chủ đích - và làm mồi cho những cám dỗ của chính mình. Anh ta khiến mọi thứ trở nên tồi tệ nhất có thể, và bị thúc giục bởi (trích những lời bất hủ của John Milton):

Hận thù quá sâu, làm hủy diệt Giống loài
Của toàn Nhân loại và Thế gian cùng Địa Ngục
Hòa lẫn cùng nhau - hòng chọc giận Đấng Tạo hóa…

Cain biến thành cái Ác để đoạt lấy những thứ mà Thượng Đế từng khước từ mình và anh ta làm thế một cách tự nguyện, chủ tâm với ác ý đã

định từ trước.

Song, Chúa Giê-su lại chọn một con đường khác. Sự lưu lại sa mạc của Người là đêm tối trong tâm hồn - một trải nghiệm mang tính nhân văn phổ quát và sâu sắc. Đó là hành trình tới nơi mà mỗi người trong chúng ta luôn tìm đến khi mọi thứ sụp đổ, không có bạn bè và gia đình kề cận, với nỗi thất vọng lẫn tuyệt vọng vây quanh và chủ nghĩa hư vô đen tối đang vẫy gọi ta. Và, như ta đã bàn, để minh chứng cho tính xác thực của câu chuyện này: Thời gian kéo dài 40 ngày đêm nhịn đói nơi hoang mạc sẽ đưa bạn đến nơi ấy. Theo đó, thế giới khách quan và chủ quan sẽ va chạm và hòa quyện cùng nhau. Khoảng thời gian 40 ngày có thể được hiểu là một khái niệm mang tính biểu trưng sâu sắc, phản ánh 40 năm người Do Thái phải lang thang trên sa mạc sau khi thoát khỏi ách độc tài của Pha-ra-ông và Ai Cập. Khoảng thời gian dài chìm trong âm giới của những giả định, sự hoang mang và nỗi sợ hãi đầy tăm tối - đủ lâu để du hành đến trung tâm Địa Ngục. Một cuộc hành trình để nhìn thấy những cảnh tượng mà ai cũng thực hiện được - bất kỳ ai chịu thừa nhận phần ác trong bản thân và Nhân loại với sự nghiêm túc thỏa đáng. Lịch sử cũng có sự tương đồng. Sự lưu trú trong nỗi kinh hoàng của chế độ chuyên chế suốt thế kỷ XX, với những trại tập trung, lao động khổ sai cùng những biểu hiện đàn áp tư tưởng, là một xuất phát điểm rất tốt - và cần xét đến một sự thật rằng những lính gác tồi tệ nhất ở trại tập trung đều là con người, rất con người. Tất cả những điều này phần nào khiến cho câu chuyện sa mạc hiện lên chân thật một lần nữa, và phần nào "cập nhật" nó trong suy nghĩ của người hiện đại.

Nhà nghiên cứu về chế độ độc tài Theodor Adorno từng phát biểu: "Sau thời Auschwitz, sẽ chẳng còn thơ ca." Ông đã sai. Nhưng thơ ca nên

viết về thời Auschwitz. Trong cơn thức tỉnh nghiệt ngã của thế kỷ cuối cùng thuộc thiên niên kỷ trước, sự hủy diệt khủng khiếp của con người đã trở thành vấn đề mà mức độ nghiêm trọng của nó thậm chí còn khiến vấn đề của những nỗi đau không thể bù đắp trở nên tầm thường. Và chẳng vấn đề nào trong cả hai được giải quyết nếu thiếu đi giải pháp cho vấn đề còn lại. Đây là lúc quan điểm "Chúa Giê-su nhận lấy mọi tội lỗi của nhân loại như tội lỗi của chính Người" trở thành chủ đạo, mở ra cánh cửa đến với sự thấu hiểu sâu sắc về sa mạc nơi Người tự mình đối mặt với quỷ dữ. Như kịch tác gia Térence thời La Mã cổ đại từng nói: *"Homo sum, humani nihil a me alienum puto"* - "Chẳng có gì thuộc về con người là xa lạ đối với ta".

Nhà phân tâm học xuất chúng Carl Gustav Jung còn cho biết thêm: "Chẳng cây nào có thể vươn đến Thiên Đường nếu rễ của nó không bén đến Địa Ngục." Quả là một câu nói khiến những ai đọc được phải ngỡ ngàng. Nhà phân tâm học vĩ đại này còn nhận định sâu sắc rằng ta không thể tiến lên một bước nếu không lùi lại một bước tương xứng. Vì lẽ này mà sự khai sáng mới hiếm có làm sao. Ai là người sẵn sàng làm điều ấy? Từ trong những ý nghĩ ghê sợ nhất, bạn có thực sự muốn gặp người dám đứng ra chấp nhận làm điều ấy? Eric Harris, tên giết người hàng loạt tại trường trung học Columbine, đã viết những điều không thể hiểu nổi trước khi hắn thảm sát các bạn cùng lớp của mình: *Thật thú vị khi biết rằng ta thế nào cũng chết khi vẫn còn mang hình dáng con người. Mọi thứ đều có chút tầm thường trước điều đó.* Ai dám giải thích một bức thư như vậy? - hoặc tệ hơn là dám bào chữa cho nó?

Ở nơi sa mạc, Chúa Giê-su đã chạm trán quỷ Satan (xem Lu-ca 4:1-13 và Ma-thi-ơ 4:1-11). Câu chuyện này có ý nghĩa tâm lý rõ ràng - hay ý nghĩa ẩn dụ - bên cạnh bất kỳ ý nghĩa hữu hình và siêu hình nào khác

tương đương mà nó biểu thị. Nó đồng nghĩa Chúa Giê-su *luôn là Đấng quyết tâm tự chịu trách nhiệm về sự suy đồi đến tận cùng của nhân loại*. Nó có nghĩa Chúa Giê-su mãi là Đấng sẵn sàng đương đầu, trăn trở suy ngẫm và mạo hiểm trước những cám dỗ từ phần ác độc nhất trong bản chất con người. Nó đồng nghĩa Chúa Giê-su luôn là Đấng sẵn sàng đối mặt với cái ác - một cách tự giác, đủ đầy và tự nguyện - dưới hình thái cư ngụ đồng thời trong chính Người và trên thế gian. Đây không chỉ là khái niệm trừu tượng đơn thuần (mặc dù nó trừu tượng thật) và ta không thể nói đến một cách qua loa. Và nó cũng không chỉ là vấn đề trí tuệ đơn thuần.

Những người lính sau chiến tranh mắc phải hội chứng căng thẳng hậu sang chấn tâm lý (PTSD) thường khiến bệnh tình của họ nặng nề hơn, không phải vì những gì họ thấy mà vì những điều chính họ đã làm. Có thể nói, ác quỷ hiện diện đầy rẫy nơi chiến trường. Và con người mở ra cánh cửa đến Địa Ngục bằng cách tham chiến. Sẽ có thứ gì đó thoát ra và nhập vào một chàng nông dân hiền lành ở vùng Iowa không lúc này cũng lúc khác, và biến cậu thành một "con quái vật". Cậu sẽ làm những điều kinh khủng. Cậu sẽ cưỡng đoạt, giết phụ nữ và tàn sát trẻ sơ sinh ở Mỹ Lai[43]. Và cậu chứng kiến điều mình làm. Rồi phần đen tối nào đó trong con người cậu sẽ thích thú với điều đó - và đây cũng là phần khó quên nhất. Vì sau đó, cậu không biết làm cách nào hòa hợp bản thân mình với thực tế về chính cậu, cũng như thế giới bị vạch trần kia. Chắc chắn là thế.

Trong những huyền thoại vĩ đại và sơ khai của Ai cập cổ đại, vị thần Horus - thường được xem là tiền thân của Chúa Giê-su xét về mặt lịch sử và khái niệm - cũng từng trải qua điều tương tự khi Ngài phải chiến đấu chống lại người chú độc ác Set[44], cũng là kẻ chiếm đoạt ngôi vương của

Crisis, cha của Horus. Horus, vị thần chim ưng nhìn thấu mọi điều bằng cặp mắt siêu phàm, vĩnh cửu của người Ai Cập, có thừa can đảm để nhìn ra bản chất thực sự của Set và giao chiến trực tiếp với hắn. Nhưng ngay trong trận chiến với người chú đáng sợ, ý thức của thần đã bị hủy hoại cùng với việc mất một con mắt, dù cho thần có tầm vóc thánh thần và thị lực khó ai bì. Vậy một người bình thường sẽ mất đi thứ gì nếu nỗ lực làm điều tương tự? Nhưng có lẽ anh ta sẽ sở hữu được cái nhìn nội tâm và sự hiểu biết về điều gì đó tương xứng với những gì anh ta đã mất trong nhận thức về thế giới bên ngoài.

Quỷ Satan là hiện thân cho sự từ chối hy sinh; cho thói ngạo mạn; cho lòng thù oán, lừa lọc, độc ác và thói tàn bạo chủ tâm. Hắn căm ghét Con người, Thượng Đế và Hữu thể. Hắn không bao giờ biết khiêm tốn, dù hắn biết rõ mình nên như thế. Không những vậy, hắn biết chính xác những việc mình đang làm, luôn bị ám ảnh bởi khao khát hủy diệt và thực hiện điều đó theo cách thật tinh vi, thấu đáo và hoàn chỉnh. Vì thế, chỉ có hắn - nguyên mẫu của Cái Ác - mới dám đối đầu và cám dỗ Chúa Giê-su - hiện thân cho Cái Thiện. Chỉ có hắn mới dám mời mọc Đấng Cứu Thế của Nhân loại với những điều kiện phiền toái nhất mà bất kỳ con người nào cũng nhiệt thành thèm muốn.

Trước tiên, quỷ Satan cám dỗ Chúa Giê-su hãy thỏa cơn đói trong khi Người đang đói khát, bằng cách biến những hòn đá trên sa mạc thành bánh mì. Sau đó, hắn dụ dỗ Người gieo mình xuống vách đá, kêu gọi Thượng Đế và các thiên thần ngăn Người rơi xuống. Chúa Giê-su đáp lại sự cám dỗ đầu tiên như sau: "Người ta sống không nguyên bởi bánh, nhưng bởi mọi lời từ miệng Đức Chúa Cha phán ra." Câu trả lời này có ý nghĩa gì? Nghĩa là ngay trong những hoàn cảnh tận cùng đói khổ, vẫn có nhiều thứ

quan trọng hơn thức ăn. Nói cách khác: Bánh mì gần như trở nên vô dụng với một kẻ đã phản bội linh hồn mình, ngay cả khi anh ta đang chết đói[45]. Chúa Giê-su rõ ràng có thể sử dụng quyền năng gần như vô hạn của Người để có được bánh ăn như Satan gợi ý - để tạo ra bánh mì hòng thỏa cơn đói, hoặc theo nghĩa rộng hơn là tạo ra mọi của cải trên trần gian (mà theo lý thuyết sẽ giải quyết được vĩnh viễn vấn đề bánh mì). Nhưng cái giá phải trả ở đây là gì? Và để đạt được gì? Tội phàm ăn ngay trong cảnh suy đồi đạo đức ư? Quả là những bữa tiệc khốn khổ và tồi tệ nhất. Vì thế, Chúa Giê-su đã nhắm đến mục đích cao cả hơn: Theo mô tả là trạng thái Hữu thể giải quyết được vấn đề đói ăn một lần và mãi mãi. Sẽ ra sao nếu tất cả mọi người chăm chăm trục lợi cho bản thân thay vì nuốt từng Lời Chúa? Điều ấy đòi hỏi từng người phải sống, phải lao động, hy sinh, giao tiếp và chia sẻ sao cho vĩnh viễn đẩy lùi cảnh túng thiếu vì đói ăn vào dĩ vãng. Và đó là cũng chính là cách giải quyết nạn đói trong cảnh thiếu thốn nơi sa mạc sao cho thực tế và triệt để nhất.

Trong các sách Phúc âm cũng tồn tại khá nhiều ngụ ý khác với hình thức kịch tính. Chúa Giê-su luôn được khắc họa như một người có quyền năng cung cấp thức ăn vô hạn. Người khiến bánh mì và cá nhiều lên gấp bội một cách kì diệu. Ngài còn biến nước thành rượu. Điều này có ý nghĩa gì? Đó là lời kêu gọi theo đuổi mục đích cao hơn trong lối sống, sao cho vừa thực tiễn nhất, vừa có giá trị cao nhất. Đó là lời kêu gọi được khắc họa trong văn chương/kịch nghệ: Hãy sống như Đấng Cứu Thế đang sống và ngươi cùng những kẻ quanh ngươi sẽ không phải chịu đói nữa. Sự nhân đức của thế gian thể hiện qua những kẻ sống đúng mực. Nó cao cả hơn một miếng bánh mì. Nó cao cả hơn đồng tiền để mua miếng bánh mì đấy. Vì Chúa Giê-su, cá nhân hoàn thiện mang tính biểu trưng đã vượt qua cám

dỗ đầu tiên. Và tiếp theo là hai cám dỗ nữa.

"Hãy gieo mình xuống vực", Satan nói, đưa ra lời cám dỗ kế tiếp. "Nếu Thượng Đế tồn tại, Ngài chắc chắn sẽ cứu ông. Nếu ông quả là con của Ngài, Ngài chắc chắn sẽ cứu ông." Vậy vì sao Thượng Đế không tự hiển linh để cứu đứa con duy nhất của Ngài khỏi cảnh đói nghèo, bị cô lập và sự hiện diện của quỷ dữ? Nhưng điều ấy sẽ chẳng tạo nên khuôn mẫu cho cuộc sống. Nó thậm chí cũng vô ích trong văn học. *Deus ex machina* - hay sự xuất hiện của thế lực thần thánh giải cứu người hùng một cách thần kỳ trong lúc hiểm nguy - là mánh lới rẻ tiền nhất trong sách tiêu khiển của lũ đạo văn. Nó chế nhạo sự độc lập, lòng dũng cảm, định mệnh, ý chí tự do và tinh thần trách nhiệm. Hơn thế, Thượng Đế không phải là người bảo hộ cho kẻ đui mù. Ngài cũng không phải là kẻ nhận lệnh thi triển phép thuật, hoặc bị buộc phải tự mặc khải - dù có bởi chính Con trai Ngài chăng nữa.

"Ngươi chớ thử thách Chúa là Đức Chúa Trời của ngươi" (Ma- thi-ơ 4:7), câu trả lời này tuy ngắn gọn nhưng đã loại bỏ được cám dỗ thứ hai. Chúa Giê-su không tùy tiện ra lệnh, hay thậm chí dám cầu xin Thượng Đế can thiệp nhân danh Người. Người rũ bỏ trách nhiệm đối với những sự kiện xảy đến trong cuộc đời Người. Người từ chối yêu cầu Thượng Đế tự mặc khải. Người cũng từ chối giải quyết những vấn đề liên quan đến bản chất dễ tổn thương và khả tử theo cách cá nhân đơn thuần - bằng cách thúc ép Thượng Đế cứu giúp Người - bởi điều đó không phải lúc nào cũng giải quyết được vấn đề cho tất cả những người khác. Còn có dư vị của sự từ chối trong những niềm an ủi điên cuồng của thứ cám dỗ bị loại bỏ này. Dễ dàng là thế, nhưng sự tự nhận biết bản thân như thể loạn thần của Đấng Messiah huyền diệu cũng chỉ là sự cám dỗ đúng nghĩa dưới những hoàn cảnh khắc nghiệt trong sa mạc của Chúa Giê-su. Thay vì thế, Người từ

chối sự cứu rỗi - hay thậm chí cả sự sống sót trong ngắn hạn - nếu phải phụ thuộc vào những biểu hiện siêu phàm tự yêu lấy mình và mệnh lệnh của Thượng Đế, dù Người là con của Ngài.

Sau cùng là cám dỗ thứ ba, cũng là hấp dẫn hơn tất thảy. Chúa Giê-su thấy trước mắt mình là tất cả các vương quốc trên thế gian để Người chiếm lấy. Đó chính là lời ca dụ dỗ từ quyền năng trần thế: cơ hội kiểm soát và ra lệnh cho mọi người và mọi vật. Chúa Giê-su được mời ngồi lên đỉnh của cấp bậc thống trị, với ham muốn nhục dục của mọi loài vượn trần trụi: Được vạn vật phục tùng, sở hữu những vùng đất kỳ diệu nhất, quyền năng xây dựng và gia tăng cùng khả năng thỏa mãn nhục dục vô hạn. Đó quả là cái lợi to lớn hiển nhiên. Nhưng cũng chưa phải là tất cả. Việc mở rộng hiện trạng này cũng mang đến vô vàn cơ hội cho bóng tối tự lộ mình. Sự khát máu, dâm ô và hủy diệt chiếm phần lớn trong sức hút của quyền năng. Con người không chỉ khao khát quyền năng để thoát khỏi đau khổ, hay để vượt qua sự khuất phục trước ham muốn, bệnh tật và cái chết. Quyền năng đồng nghĩa với khả năng để trả thù, bảo đảm sự quy phục và nghiền nát kẻ thù. Nếu Cain được ban đủ sức mạnh, anh ta sẽ không chỉ giết Abel. Đầu tiên, Cain sẽ tra tấn Abel không ngừng bằng mọi cách mà ta hình dung được. Và chỉ sau đó, anh ta mới giết Abel. Tiếp đến sẽ là tất cả những người khác.

Có điều gì đó thậm chí cao cả hơn các hệ thống phân cấp thống trị cao nhất, chạm đến cả những thứ mà ta không nên hy sinh cho thành công gần đơn thuần. Đó cũng là một nơi chốn có thực, mặc dù không được hình tượng hóa theo nghĩa địa lý của một địa điểm mà chúng ta thường hướng bản thân theo. Có lần tôi hình dung ra một cảnh tượng bao la, trải dài hàng nghìn dặm đến tận chân trời ngay trước mắt mình. Tôi bay trong không

trung và được ban cho tầm nhìn của một chú chim. Tôi có thể thấy các tòa kim tự tháp bằng kính được phân thành nhiều tầng, cái nhỏ, cái lớn, một số chồng lên nhau, số khác lại tách biệt - tất cả đều giống những tòa nhà chọc trời hiện đại; tất cả mọi người đều cố gắng leo lên đỉnh của từng kim tự tháp. Nhưng vẫn có thứ gì đó nằm trên cả đỉnh cao ấy, một vùng bên ngoài mỗi cái kim tự tháp, nơi tất cả đều lồng vào nhau. Đó là vị trí đặc quyền mà đôi mắt có thể, hay có lẽ đã lựa chọn để tự do bay lên trên mọi xung đột. Nghĩa là nó lựa chọn không thống trị bất kỳ nhóm riêng biệt nào hay sự nghiệp cụ thể nào, mà đồng thời bằng cách nào đó đã vượt qua tất cả. Bản thân nó đã là một sự chú tâm thuần túy không bị cản trở: Một sự chú tâm vô tư, cảnh giác và đề phòng, chờ đợi hành động đúng nơi, đúng lúc như đã định. Như Lão Tử đã viết:

Kẻ mải trù tính sẽ vuột mất mục tiêu;
và kẻ cố nắm giữ nó sẽ đánh mất nó.
Hiền nhân không có ý hơn thua, nên không bị đánh bại;
cũng không cố nắm lấy nó, nên cũng không đánh mất nó.

Có một lời kêu gọi mạnh mẽ đến Hữu thể mẫu mực trong câu chuyện cám dỗ thứ ba. Để có được phần thưởng lớn nhất có thể - lập nên Vương quốc của Thượng Đế trên Trần gian, hay phục hưng Thiên Đường - mỗi cá nhân phải sống theo cách sao cho từ bỏ sự hài lòng tức thời, những ham muốn tự nhiên và ương ngạnh tương tự, bất kể chúng có mời gọi mạnh mẽ, thuyết phục và thực tế đến đâu chăng nữa, cũng như ngó lơ mọi cám dỗ của cái ác. Cái Ác khuếch đại những tai ương trong đời, gia tăng đáng kể động cơ tìm kiếm lợi lộc trước mắt do bi kịch tất yếu của Hữu thể. Nếu hy sinh càng nhiều những điều dung tục, ta sẽ tránh khỏi bi kịch dù ít hay

nhiều; nhưng ta sẽ cần một kiểu hy sinh đặc biệt để đánh bại cái ác. Chính việc mô tả sự hy sinh đặc biệt ấy đã ám ảnh trí tưởng tượng của giáo đồ Ki-tô (và không chỉ người Ki-tô giáo) suốt hàng thế kỷ. Nhưng vì sao nó không mang lại hiệu quả như mong đợi? Vì sao chúng ta lại vẫn còn hoài nghi về việc chẳng có kế hoạch nào tốt hơn nhìn thẳng về phía trước, nhắm đến cái Thiện và hy sinh mọi thứ cho hoài bão ấy? Phải chăng chúng ta chỉ đơn thuần không thấu hiểu, hay cố tình xa rời - dù có hay không - khỏi con đường đúng đắn ấy?

KI-TÔ GIÁO VÀ NHỮNG VẤN ĐỀ LIÊN QUAN

Carl Jung đưa ra giả thuyết rằng người châu Âu đã nhận ra trí óc họ có động lực phát triển các công nghệ khoa học nhận thức - nghiên cứu thế giới vật chất - sau khi ngầm kết luận rằng Ki-tô giáo, với sự nhấn mạnh sắc như tia laser vào sự cứu rỗi linh hồn, đã không thể giải quyết thỏa đáng vấn đề khổ đau ngay trước mắt. Nhận thức này đã trở nên sắc sảo không tưởng trong ba hoặc bốn thế kỷ trước thời Phục hưng. Kết quả là một thứ ảo tưởng kỳ lạ, sâu sắc và mang tính bù đắp đã bắt đầu xuất hiện và ăn sâu trong tâm trí của toàn thể người phương Tây. Đầu tiên, nó tự biểu hiện trong những cơn ảo tưởng kỳ lạ của thuật giả kim và chỉ phát triển sau nhiều thế kỷ thành một kiểu khoa học được diễn giải đầy đủ. Chính những nhà giả kim đã bắt đầu nghiêm túc xem xét sự biến đổi của vật chất, với hy vọng khám phá ra những bí mật của sức khỏe, sự giàu có và tuổi thọ. Những kẻ mơ mộng vĩ đại này (với Newton là người lỗi lạc nhất trong số họ) đã thể nghiệm bằng trực giác rồi hình dung ra thế giới vật chất, vốn bị Giáo hội kìm hãm, nắm giữ những bí mật về sự khải huyền có thể giải thoát nhân loại khỏi nỗi khổ đau và giới hạn nơi trần thế. Chính ảo tưởng

ấy, với sự hoài nghi dẫn đường, đã mang đến sức mạnh động viên to lớn trên phương diện tập thể lẫn cá nhân, cần thiết cho khoa học phát triển với những đòi hỏi cực đoan của nó dành cho cá nhân các nhà tư tưởng: Đó là phải tập trung và trì hoãn sự hài lòng.

Điều này không có nghĩa Ki-tô giáo là một sự thất bại, ngay cả trong hình thái chưa hoàn chỉnh của nó. Ngược lại, Ki-tô giáo đã đạt được những điều được cho là không thể. Giáo lý Ki-tô đề cao linh hồn mỗi cá nhân; đặt nô lệ, chủ nô, thường dân và quý tộc trên cùng một nền tảng siêu hình, khiến họ trở nên bình đẳng trước Thượng Đế và luật pháp. Ki-tô giáo quả quyết rằng vua chúa cũng chỉ như bao người khác. Vì lẽ nào đó trái ngược với mọi bằng chứng rõ ràng giúp tìm ra nền tảng của nó, mà ý tưởng cho rằng sức mạnh trần tục và sự lỗi lạc là những yếu tố biểu thị cho đặc ân cụ thể của Thượng Đế và phải được hạ thấp triệt để. Điều này đã đạt được một phần thông qua sự kiên quyết kỳ lạ của Ki-tô giáo, cho rằng không thể có được sự cứu rỗi nhờ nỗ lực hay do xứng đáng - tức thông qua "công việc". Bất kể những mặt hạn chế của nó, sự phát triển của giáo lý này đã ngăn vua chúa, quý tộc và thương gia giàu có "đè đầu cưỡi cổ" dân thường. Kết quả là, quan niệm siêu hình về sự siêu việt ngầm ẩn của mỗi người và mọi linh hồn tự nó đã chống lại những điều bất khả thi, như định kiến cơ bản trong luật pháp và xã hội phương Tây. Đó không phải là trường hợp của thế giới thời quá khứ, cũng không phải là trường hợp của hầu hết các địa điểm trên thế giới thời nay. Thực ra, chẳng có phép màu gì cả (và chúng ta nên giữ vững sự thật này ngay trước mắt), xã hội nô lệ theo cấp bậc của tổ tiên chúng ta đã tự tổ chức dưới ảnh hưởng của sự mặc khải về đạo đức/tôn giáo, sao cho quyền sở hữu và thống trị tuyệt đối của ai đó đều bị xem là sai trái.

Điều đó cũng sẽ giúp chúng ta nhớ rằng công dụng tức thời của chế độ nô lệ là hiển nhiên; và lập luận "kẻ mạnh nên thống trị kẻ yếu" là thuyết phục, tiện lợi và thực tế rõ ràng (chí ít là đối với kẻ mạnh). Điều này đồng nghĩa một lời chỉ trích mang tính cách mạng nhằm vào mọi thứ mà xã hội nô lệ xem trọng là điều cần thiết, trước khi thực tiễn bị đặt dấu hỏi, huống chi là ngăn chặn (bao gồm cả ý tưởng tranh thủ sức mạnh và quyền lực để giúp chủ nô trở nên cao quý, bao gồm cả ý tưởng nền tảng cho rằng thứ quyền lực mà giới chủ nô vận dụng là có cơ sở, thậm chí cao thượng). Ki-tô giáo đã làm sáng tỏ một tuyên bố đáng ngạc nhiên rằng ngay cả người thuộc tầng lớp thấp nhất cũng có các quyền chính đáng, đích thực - và nhà nước cùng quân chủ ấy phải có bổn phận đạo đức ở mức cơ bản là thừa nhận những quyền này. Ki-tô giáo đã nêu rõ một ý tưởng thậm chí còn khó lĩnh hội hơn, rằng hành động sở hữu con người đã hạ thấp kẻ buôn nô lệ (trước đây được xem là tầng lớp quyền quý) thậm chí còn hơn cả nô lệ. Chúng ta không hiểu được ý tưởng ấy khó nắm bắt đến nhường nào. Chúng ta quên rằng điều ngược lại đã được thể hiện rành rành xuyên suốt lịch sử nhân loại. Chúng ta nghĩ rằng khao khát thống trị và nô dịch cần được lý giải. Nhưng một lần nữa, chúng ta lại làm ngược lại.

Điều này không có nghĩa bản thân Ki-tô giáo không có vấn đề gì. Tuy nhiên, sẽ đúng hơn nếu lưu ý rằng chúng là kiểu vấn đề chỉ dấy lên khi những vấn đề nghiêm trọng khác đã được giải quyết hoàn toàn. Xã hội được hình thành bởi Ki-tô giáo ít man rợ hơn là xã hội ngoại giáo - kể cả người La Mã - vốn đã bị thay thế. Xã hội Ki-tô giáo chí ít cũng thừa nhận rằng việc cho những con sư tử hiếu chiến "xơi tái" dân nô lệ nhằm mục đích giải trí cho quần chúng là sai lầm, ngay cả khi hành động man rợ ấy vẫn tồn tại. Giáo hội phản đối việc giết trẻ con lẫn gái mại dâm và về mặt

nguyên tắc thì điều đó có thể đúng. Nó khẳng định rằng phụ nữ cũng đáng quý như nam giới (tuy chúng ta vẫn đang nỗ lực biểu thị sự quả quyết ấy về mặt chính trị). Nó đòi hỏi ngay cả kẻ thù của xã hội cũng phải được xem là con người. Cuối cùng, giáo hội được tách riêng ra khỏi nhà nước để các vị hoàng đế không thể tiếp tục khẳng định lòng tôn kính thần linh. Tất cả những yêu cầu trên từng là không thể. Nhưng cuối cùng đã xảy ra.

Tuy nhiên, khi cuộc cách mạng Ki-tô giáo phát triển, những vấn đề bất khả thi mà nó đã giải quyết liền biến mất. Đó là chuyện xảy ra với những vấn đề bị xóa sổ. Và sau khi giải pháp được thực hiện, *ngay cả thực tế rằng những vấn đề từng tồn tại ấy cũng biến mất hẳn*. Và chỉ sau đó, những vấn đề còn tồn đọng, ít có khả năng được giải quyết nhanh chóng bằng học giáo lý Ki-tô, mới chiếm lấy vị trí trung tâm trong ý thức của phương Tây - ví dụ, sự phát triển của khoa học là nhằm mục đích giải quyết nỗi khổ hữu hình, vật chất mà vẫn còn tồn tại đau đớn trong các xã hội Ki-tô giáo một cách thành công. Thực tế, sự ô nhiễm do xe hơi chỉ trở thành vấn đề đủ lớn để thu hút sự chú ý của công chúng khi các vấn đề tồi tệ hơn đã được động cơ đốt trong giải quyết xong và biến mất. Những người sống trong đói nghèo sẽ không quan tâm đến carbon dioxide. Nó không hẳn liên quan đến nồng độ CO_2 có trong không khí. Mà rõ ràng là không liên quan khi bạn tự đẩy mình đến cái chết, cái đói, đến cảnh đào xới miếng ăn từ mảnh đất đầy sỏi đá, khô cằn với quả độc nơi "bụi gai hay bụi tật lê". Nó chẳng liên quan mấy cho đến khi máy kéo được phát minh và hàng trăm triệu người không còn đói khát. Dù trong bất kỳ trường hợp nào, khi Nietzsche đã vào cuộc ở cuối thế kỷ XIX, các vấn đề chưa giải quyết của Ki-tô giáo đã lên đến đỉnh điểm.

Nietzsche đã mô tả mình, không hề phóng đại, đang giải quyết vấn đề

trên quan điểm triết học bằng một chiếc búa. Sự phê phán vùi dập của ông đối với Ki-tô giáo - đã gây suy yếu bởi chính mâu thuẫn với nền khoa học mà nó sinh ra - liên quan đến hai tuyến tấn công chính. Đầu tiên, Nietzsche cho rằng chính nhận thức về chân lý mà Ki-tô giáo từng phát triển cao nhất sau cùng quay lại đặt dấu chấm hỏi và hủy hoại những định kiến cơ bản của đức tin. Điều đó một phần là sự khác biệt giữa luân lý - hay chân lý được truyền lại - với sự thật khách quan vẫn chưa được lĩnh hội đầy đủ (và do đó mà vốn được giả định từ đầu không nhất thiết phải tồn tại) - nhưng điều đó không hề hạ thấp quan điểm này. Ví dụ, ngay cả những người theo chủ nghĩa vô thần hiện đại chống lại Ki-tô giáo cũng coi thường những ai theo trào lưu chính thống, cứ khăng khăng những gì được ghi chép về sự sáng tạo trong Sáng thế ký đầu là sự thật khách quan; họ đang vận dụng ý thức của họ về sự thật, vốn đã phát triển cao qua nhiều thế kỷ của văn hóa Ki-tô giáo, để tham gia vào cuộc tranh luận này. Nhiều thập kỷ sau, Carl Jung tiếp tục phát triển các lập luận của Nietzsche, chỉ ra rằng châu Âu đã tỉnh giấc trong thời kỳ Khai sáng, như thể giấc mơ Ki-tô giáo - lưu ý rằng mọi sự đều đã định sẵn - có thể và nên được đặt vào vòng nghi vấn. "Thượng Đế đã chết," Nietzsche nói. "Thượng Đế vẫn chết. Và chúng ta đã giết Ngài. Làm thế nào chúng ta, những kẻ giết người kinh khủng nhất trong mọi kẻ giết người, có thể an ủi bản thân mình? Điều thiêng liêng nhất và quyền năng nhất mà thế giới từng sở hữu đến nay đã đổ máu dưới lưỡi dao của chúng ta. Ai sẽ lau sạch vết máu ấy cho chúng ta đây?"

Theo Nietzsche, các giáo điều trọng tâm của đức tin Tây phương đã không còn đáng tin nữa, nếu xét theo cái mà phương Tây nay xem là chân lý. Nhưng đó là đòn tấn công thứ hai của ông - lên việc loại bỏ gánh nặng

đạo đức đích thực của Ki-tô giáo trong sự phát triển của giáo hội - đó mới là điều tai hại nhất. Triết gia đã cầm búa nện thẳng vào dòng tư tưởng Ki-tô giáo được hình thành từ sớm và có ảnh hưởng lớn: *Ki-tô giáo ấy có ý chấp nhận giả thuyết về sự hy sinh của Chúa Giê-su, và chỉ có sự hy sinh ấy mới cứu chuộc nhân loại*. Điều này tuyệt nhiên không có nghĩa rằng một Ki-tô hữu tin việc Chúa Giê-su chết trên thập giá là để cứu rỗi loài người, vì từ đó thoát khỏi mọi nghĩa vụ đạo đức cá nhân. Nhưng nó hàm ý mạnh mẽ rằng trách nhiệm cứu chuộc chính yếu của Đấng Cứu thế đã được thực hiện và chẳng còn trách nhiệm nào quá quan trọng cho những phận người sa ngã còn lại.

Nietzsche tin rằng thánh Paul (Phao-lô) và sau đó là những tín đồ Tin Lành theo tư tưởng Luther, đã loại bỏ trách nhiệm đạo đức khỏi giáo đồ Ki-tô. Họ đã "tưới tắm" cho ý tưởng *bắt chước Chúa Giê-su*. Sự bắt chước này là nhiệm vụ thiêng liêng của tín đồ. Không tuân theo (hoặc chỉ đơn thuần nói miệng) một tập hợp các tuyên bố về tín niệm trừu tượng, mà thay vì thế sẽ thực sự biểu lộ tinh thần của Đấng Cứu thế trong những điều kiện đặc biệt, cụ thể trong đời sống - để nhận ra hoặc hóa thân thành nguyên mẫu, như Jung đã từng; để khoác lên người tấm khuôn vĩnh hằng bằng máu thịt. Nietzsche viết: "Các Ki-tô hữu chưa bao giờ hành động đúng theo những gì Chúa Giê-su đã định cho họ; và cuộc đối thoại ba hoa trơ tráo về 'sự biện minh bằng đức tin', cũng như tầm quan trọng tối cao và duy nhất của nó chỉ là hậu quả của sự thiếu can đảm lẫn ý chí của giáo hội nhằm tuyên xưng các bổn phận mà Chúa Giê-su yêu cầu." Nietzsche thực sự là một nhà phê bình có một không hai.

Niềm tin giáo điều trong các tiên đề trọng tâm của Ki-tô giáo (sự đóng đinh Chúa Ki-tô đã cứu chuộc thế gian; sự cứu rỗi được dành cho đời sau;

sự cứu rỗi không thể có được nhờ những việc ta làm) có ba hệ quả tương hỗ cho nhau: Thứ nhất là *sự mất giá trị tầm quan trọng của cuộc sống trên trần thế, như thể chỉ kiếp sau mới có ý nghĩa*. Điều này cũng đồng nghĩa nó chấp nhận việc lờ đi và trốn tránh trách nhiệm cho những đau khổ hiện đang tồn tại. Thứ hai là *sự chấp nhận hiện trạng theo hướng thụ động, vì trong bất kỳ trường hợp nào, sự cứu rỗi cũng không thể có được thông qua nỗ lực trong đời* (đây cũng là hệ quả mà Marx chế giễu, với tuyên bố rằng tôn giáo là thuốc phiện của quần chúng[46]. Và thứ ba, cũng là cuối cùng, là *tín đồ có quyền từ bỏ bất kỳ gánh nặng đạo đức có thực nào* (tín niệm được khẳng định thông qua ơn cứu rỗi của Chúa Giê-su), *vì Con trai Thượng Đế đã làm hết phần việc quan trọng*. Đó chính là lý do Dostoevsky, người có ảnh hưởng lớn đến Nietzsche, cũng đã chỉ trích thể chế Ki-tô giáo (mặc dù ông cũng gây tranh cãi khi chế ngự nó theo cách nhập nhằng hơn, nhưng cũng tinh vi hơn). Trong tác phẩm *Anh em nhà Karamazov* của mình, Dostoevsky đã dựng nên một siêu nhân vô thần tên Ivan. Và Ivan đã kể một câu chuyện nhỏ nhan đề "Viên Đại Pháp quan" mà tôi xin giản lược như sau:

Ivan trò chuyện với người em trai Alyosha - người đang bị coi khinh trong vai trò tu sĩ tập sự - về việc Chúa Ki-tô giáng trần một lần nữa vào thời điểm Tòa án dị giáo Tây Ban Nha thẩm án. Việc Đấng Cứu thế trở lại đã gây náo động đúng như mong đợi. Người chữa lành cho người bệnh. Người khiến người chết sống dậy. Việc làm của Người thu hút sự chú ý của Đại Pháp quan. Vị này ngay lập tức bắt giữ và tống Người vào tù. Sau đó, ông ta ghé thăm Người. Ông thông báo với Chúa Giê-su Ki-tô rằng sự xuất hiện của Người không còn cần thiết nữa. Sự trở về của Người là mối đe dọa quá lớn đối với Giáo hội. Vị Đại Pháp quan nói với Chúa Giê-su

rằng gánh nặng mà Người đặt lên loài người - tức gánh nặng về sự tồn tại trong đức tin và chân lý - đơn giản là quá cao diệu để người phàm chịu đựng nổi. Vị Đại Pháp quan cam đoan rằng Giáo hội, bằng tất cả khoan dung, đã xóa nhòa thông điệp ấy, gỡ bỏ đòi hỏi về Hữu thể hoàn hảo khỏi đôi vai của giáo hữu, và thay vào đó, đã mang đến cho họ những lối thoát đơn giản hơn đến đức tin và kiếp sau. Theo lời vị Đại Pháp quan, cách ấy đã hữu hiệu suốt hàng thế kỷ và điều cuối cùng mà Giáo hội cần đến sau mọi nỗ lực đó là sự trở lại của Người để khẳng định rằng con người phải cam chịu gánh nặng ấy ngay từ đầu. Chúa Giê-su Ki-tô im lặng lắng nghe. Sau đó, khi Viên Đại Pháp quan xoay người rời đi, Chúa Giê-su đã ôm lấy ông, rồi đặt một nụ hôn lên môi ông. Vị Pháp quan tái mặt vì sốc. Rồi ông ta bỏ đi khi vẫn để cửa mở.

Sự sâu sắc của câu chuyện này cùng sự vĩ đại của tâm hồn cần thiết để tạo ra nó không hề được phóng đại ở đây. Dostoevsky, một trong những thiên tài văn chương vĩ đại nhất mọi thời, phải đối đầu với những vấn đề tồn tại nghiêm trọng nhất trong mọi tác phẩm vĩ đại của ông, và ông đã làm điều này một cách quả cảm, không màng tới hậu quả. Tuy rõ là một Ki-tô hữu, nhưng ông vẫn cứng rắn từ chối làm một kẻ bù nhìn cho các đối thủ duy lý và vô thần của mình. Mà ngược lại: Như trong tác phẩm *Anh em nhà Karamazov,* nhà vô thần Ivan lập luận chống lại những định kiến của Ki-tô giáo bằng lòng nhiệt huyết và sự rõ ràng khó ai sánh bằng. Alyosha, người luôn gắn bó với Giáo hội bằng tính khí lẫn quyết định của mình, đã không thể bác bỏ lập luận nào của anh mình (dù đức tin của ông không hề lay chuyển). Dostoevsky biết và thừa nhận rằng Ki-tô giáo đã bị đánh bại bởi cơ sở duy lý - thậm chí bởi trí tuệ - nhưng (và đây mới là điều quan trọng hàng đầu) *ông đã không trốn tránh sự thật này*. Ông đã không cố

gắng bác bỏ hoặc lừa dối, hay thậm chí là châm biếm để làm suy yếu lập trường đối nghịch với những gì ông tin là đúng nhất và quý giá nhất. Thay vì nói suông, ông đã giải quyết thành công vấn đề. Ở cuối cuốn tiểu thuyết, Dostoevsky đã cho nhân cách tốt đẹp của Alyosha - sự can đảm bắt chước Chúa Giê-su của kẻ mới tu tập - giành chiến thắng ngoạn mục trước tài trí xuất chúng, vô thần của Ivan.

Giáo hội Ki-tô mà viên Pháp quan mô tả cũng là giáo hội mà Nietzsche đã bêu riếu. Với một nhà nước ấu trĩ, mộ đạo, gia trưởng và phục tùng, giáo hội ấy là mọi điều thối nát bị các nhà phê bình Ki- tô giáo hiện đại phản đối. Bằng toàn bộ tài năng của mình, Nietzsche đã cho phép bản thân nổi giận, nhưng có lẽ vẫn chưa đủ với phán xét ấy. Theo đánh giá của riêng tôi, đây chính là điểm mà Dostoevsky đã thực sự vượt qua Nietzsche - nơi văn chương vĩ đại của Dostoevsky vượt qua triết lý đơn thuần của Nietzsche. Viên Đại Pháp quan của văn hào Nga là hình mẫu chân thực ở mọi khía cạnh. Ông ta là một kẻ chất vấn cơ hội, hoài nghi, thao túng và độc ác, sẵn sàng bức hại người dị giáo - thậm chí là tra tấn và giết họ. Ông ta mang đến một tín điều mà ông ta biết rõ là sai trái. Nhưng Dostoevsky đã để Chúa Giê-su, người hoàn hảo nguyên mẫu, hôn ông ta bất chấp. Quan trọng không kém là sau nụ hôn ấy, viên Đại Pháp quan đã rời đi với cánh cửa vẫn mở để Chúa Giê-su thoát khỏi màn hành hình đang chờ đợi. Dostoevsky nhận thấy cấu trúc bề thế nhưng mục ruỗng của Ki-tô giáo vẫn xoay xở dành được chỗ cho Đấng Sáng thế. Đó là lòng biết ơn của một linh hồn khôn ngoan và sâu sắc dành cho trí tuệ thường hằng của phương Tây, bất chấp những lỗi lầm của nó.

Không phải là Nietzsche không muốn có đức tin - cụ thể hơn là đức tin Công giáo. Nietzsche tin rằng truyền thống "mất tự do" lâu đời đặc trưng

cho đạo Ki-tô giáo điều - nhấn mạnh rằng ta có thể giải thích mọi thứ trong giới hạn của thuyết siêu hình duy nhất và toàn diện - là điều kiện tiên quyết cần cho sự xuất hiện của trí tuệ hiện đại, khuôn phép nhưng hiện đại. Như ông khẳng định trong tác phẩm *Bên kia bờ thiện ác*.

> *Tinh thần bị thúc phược lâu dài… cái ý chí tinh thần bền bỉ muốn phô diễn mọi biến cố theo phác đồ của Ki-tô giáo và không ngừng tái phát hiện cũng như biện hộ cho một vị Thượng Đế Ki-tô giáo trong mọi sự ngẫu nhiên tùy tiện: Tất cả mọi sự thô bạo, võ đoán, cứng nhắc, uy hiếp, phản lý trí ấy chính là cách thức mà tinh thần châu Âu đã được đào luyện để trở thành bạo liệt, tọc mạch và cơ xảo: Phải thừa nhận rằng, qua đó rất nhiều sinh lực và tinh thần không thể thay thế được ắt phải bị áp chế, bóp nghẹt và hủy hoại.*

Đối với Nietzsche cũng như Dostoevsky, tự do - ngay cả khả năng hành động tự do - đòi hỏi sự ràng buộc. Vì lý do này, cả hai đều thừa nhận sự cần thiết sống còn của giáo điều Giáo hội. Cá nhân phải bị ràng buộc, đóng khuôn - thậm chí còn cận kề sự hủy diệt - bằng một kết cấu kỷ luật chặt chẽ, cố kết trước khi anh ta có thể hành động tự do và thành thục. Dostoevsky, với sự rộng lượng bao la trong tâm hồn, đã ban cho giáo hội - dù mục ruỗng như lẽ tự nhiên - với một yếu tố khoan dung nhất định, và một chủ nghĩa thực dụng nhất định. Ông thừa nhận rằng, tinh thần của Chúa Giê-su, Ngôi lời được sinh ra trên thế giới đã và vẫn sẽ tìm được nơi an nghỉ của nó - và cả quyền lực tối cao của nó - suốt lịch sử của nó, trong cấu trúc giáo điều ấy.

Nếu một người cha kỷ luật con trai mình đúng cách, thì rõ ràng là anh ta đang can thiệp vào sự tự do của thằng bé, cụ thể là trong hiện tại. Anh ta

đặt ra những giới hạn đối với biểu hiện tự nguyện ở Hữu thể của con trai mình, buộc nó phải tìm thấy vị trí của mình như một thành viên hòa nhập xã hội trên thế giới. Một người cha như thế đòi hỏi mọi tiềm năng của đứa con trẻ sẽ chảy xuống theo một dòng duy nhất. Khi đặt ra những giới hạn như thế đối với con trai của mình, anh ta có thể bị xem là một thế lực phá hoại. Hành động ấy có thể biến sự phong phú màu nhiệm thời thơ ấu thành một thực tế nhỏ hẹp đơn lẻ. Nhưng nếu không hành động như thế, anh ta sẽ khiến cho con trai mình mãi là một Peter Pan khác, một cậu bé vĩnh hằng, Vua của Đám trẻ Lạc loài, Chủ nhân của vùng đất Neverland không có thực. Đó không phải là một phương án thay thế có thể chấp nhận về mặt đạo đức.

Giáo điều của Giáo hội bị suy yếu bởi tinh thần của sự thật do chính Giáo hội phát triển mạnh mẽ. Sự suy yếu ấy lên đến cực điểm với cái chết của Thượng Đế. Thế nhưng, cấu trúc giáo điều của Giáo hội là một cấu trúc kỷ luật cần thiết. Một khoảng thời gian bó buộc kéo dài - tuân theo một cấu trúc diễn giải duy nhất - là cần thiết cho sự phát triển của một tâm trí tự do. Tín điều Ki-tô giáo mang đến sự bó buộc ấy. Nhưng giáo điều đã chết, chí ít nhất là trong suy nghĩ phương Tây hiện đại. Nó đã tàn lụi cùng với Thượng Đế. Tuy nhiên, những gì xuất hiện sau cái thây ma của nó - và đây là vấn đề trọng tâm - là thứ gì đó hơn cả cái chết; một thứ gì đó chưa từng sống kể cả trong quá khứ: *chủ nghĩa hư vô, cùng với sự nhạy cảm không kém phần nguy hiểm đối với những ý tưởng mới mẻ, bao gộp và toàn mỹ*. Chính hậu quả từ cái chết của Thượng Đế đã gây nên những nỗi kinh hoàng chung của Chủ nghĩa toàn trị và Chủ nghĩa Phát-xít đã xuất hiện (như Dostoevsky và Nietzsche đã từng dự đoán). Về phần Nietzsche, ông cho rằng mỗi cá nhân sẽ phải tự sáng tạo ra giá trị của riêng mình do

hậu quả từ cái chết của Thượng Đế. Nhưng yếu tố này trong suy nghĩ của ông dường như quá yếu ớt về mặt tâm lý: *Chúng ta không thể sáng tạo ra giá trị cho riêng mình, bởi vì chúng ta không thể đơn thuần áp đặt những gì mình tin tưởng vào tâm hồn mình*. Đây là khám phá vĩ đại của Carl Jung - có được nhờ nghiên cứu sâu sắc các vấn đề mà Nietzsche nêu ra.

Chúng ta nổi dậy chống lại chủ nghĩa độc tài của chính mình cũng nhiều như của người khác. Tôi không thể cứ thể ra lệnh cho mình hành động và bạn cũng không thể. Tôi nói: "Mình sẽ thôi trì hoãn", nhưng tôi lại không làm. Tôi nói: "Mình sẽ ăn đúng bữa", nhưng rồi lại không. Tôi nói: "Mình sẽ chấm dứt hành động bê tha khi say xỉn", nhưng cũng không làm. Tôi không thể đơn thuần biến bản thân thành hình ảnh mà trí tuệ của tôi dựng lên (đặc biệt nếu trí tuệ ấy bị một lý tưởng chiếm hữu). Tôi có bản chất riêng, bạn cũng thế và chúng ta đều thế. Chúng ta phải khám phá ra bản chất ấy và tranh đấu với nó trước khi làm hòa với chính mình. Nó là gì, mà chúng ta thực sự là ai? Chúng ta có thể thực sự trở thành điều gì, khi biết mình thực sự là thứ gì rõ nhất? Chúng ta phải đi đến tận cùng những điều ấy trước khi thực sự trả lời các câu hỏi trên.

NGHI NGỜ, CHỈ LÀ CHỦ NGHĨA HƯ VÔ

Hơn 300 năm trước thời Nietzsche, triết gia lỗi lạc người Pháp, René Descartes, đã đặt ra một sứ mệnh sáng suốt nhằm giải quyết mối nghi ngờ của mình một cách nghiêm túc, chia nhỏ mọi thứ để xem thứ gì là thiết yếu - xem liệu ông có thể đưa ra hay khám phá một tuyên bố đơn lẻ mà sự hoài nghi của ông không chịu tiếp thu. Ông đang tìm kiếm phiến đá móng mà trên đó có thể lập nên Hữu thể mẫu mực. Descartes đã tìm được nó đúng như những gì ông quan tâm, với chữ "Tôi" tư duy - chữ "Tôi" ý thức - như

thể hiện trong câu nói nổi tiếng của ông: *Cogito ergo sum (Tôi tư duy, thế nên tôi tồn tại)*. Nhưng chữ "tôi" ấy đã được khái niệm hóa từ lâu rồi. Hàng nghìn năm trước, "Tôi ý thức" chính là con mắt nhìn thấu vạn vật của Horus, vị thần vĩ đại của Ai Cập, đã đổi mới quốc gia bằng cách tham gia và rồi đương đầu với sự mục ruỗng không thể tránh khỏi. Trước đó lại có thần sáng tạo Marduk vùng Lưỡng Hà, với đôi mắt bao quanh đầu của mình và dùng lời nói màu nhiệm để sinh ra thế giới. Trong kỷ nguyên Ki-tô giáo, "Tôi" đã biến đổi thành "Logos" - "Ngôi Lời", tức lời nói được lập thành Hữu thể ngay từ thuở sơ khai. Có thể nói Descartes chỉ trần tục hóa Ngôi Lời, chuyển đổi nó một cách rõ ràng hơn thành "cái biết ý thức và suy nghĩ". Nói đơn giản thì đó là cái tôi hiện đại. Nhưng chính xác cái tôi ấy là gì?

Có thể hiểu rằng ở chừng mực nào đó, chúng ta có thể hiểu được những nỗi kinh hoàng của nó, còn sự tốt lành của nó lại khó định nghĩa hơn. Cái tôi là một diễn viên đại tài biểu trưng cho cái ác đang sải bước về phía sân khấu của Hữu thể, cũng như của Đức Quốc xã - những người đã lập ra các trại tập trung Auschwitz, Buchenwald, Dachau… Và ta phải xem xét cực kỳ nghiêm túc tất cả những điều ấy. Thế nhưng mặt trái của nó là gì? Điều tốt nào được xem là cái đối ngẫu cần thiết của cái ác; và trở nên hữu hình, dễ hiểu hơn bởi chính sự tồn tại của cái ác ấy? Và chúng ta có thể tuyên bố chắc nịch và rõ ràng rằng ngay cả trí tuệ duy trí - tức cơ sở mà những kẻ coi rẻ trí tuệ truyền thống luôn yêu quý - chí ít cũng là điều gì đó gần gũi, cần thiết giống như vị thần nguyên mẫu đã chết và tái sinh, vị cứu tinh vĩnh viễn của nhân loại - tức bản thân Ngôi Lời. Triết gia khoa học Karl Popper, người chắc chắn không có gì huyền bí, đã xem tư duy là phần mở rộng logic của học thuyết Darwin. Một sinh vật không biết suy

nghĩ nhất định là hiện thân Hữu thể của nó. Nó chỉ đơn giản hành động theo bản năng một cách rập khuôn ngay lúc này. Nếu nó không thể biểu hiện qua hành vi những gì môi trường đòi hỏi trong khi đang làm thế, thì nó đơn giản sẽ chết. Nhưng điều đó không đúng với con người. Chúng ta có thể tạo ra những biểu hiện trừu tượng về các trạng thái tiềm năng của Hữu thể. Chúng ta có thể tạo ra một ý tưởng trong nhà hát của trí tưởng tượng. Chúng ta có thể thử nghiệm đối chiếu nó với những ý tưởng khác, những ý tưởng của người khác của chính thế giới. Nếu nó sai, chúng ta có thể bỏ qua. Theo phát biểu hệ thống của Popper, chúng ta có thể để những ý tưởng của chúng ta chết thay cho mình. Rồi đến phần thiết yếu: Người tạo ra các ý tưởng ấy có thể cứ thế tiếp tục so sánh, mà không bị cản trở bằng sai sót. Niềm tin vào phần con người bên trong chúng ta, *cái phần tiếp tục vượt qua cái chết "ý tưởng chết" ấy là điều kiện tiên quyết để tư duy.*

Ý tưởng không giống với thực tế. Thực tế là thứ gì đó đã chết trong chính nó. Nó không có ý thức, không sức mạnh ý chí, không động lực và không hành động. Có hàng tỉ những thực tế đã chết. Mạng Internet là nghĩa địa của những thực tế đã chết. Nhưng chính ý tưởng mới giữ cho một người còn sống. Nó muốn thể hiện bản thân, muốn sống trong thế giới này. Chính vì lý do này mà các nhà tâm lý học - lỗi lạc nhất là Freud và Jung - nhấn mạnh rằng tinh thần của con người là chiến trường dành cho các ý tưởng. *Mỗi ý tưởng có một mục tiêu. Nó muốn điều gì đó. Nó định ra một cấu trúc giá trị.* Một ý tưởng tin rằng những gì nó nhắm tới phải tốt hơn những gì nó đang có. Nó giản lược thế giới thành những điều hỗ trợ hoặc cản trở sự hiện thực hóa của nó, và hạn chế mọi thứ khác không liên quan. Ý tưởng định nghĩa nên hình ảnh trên một phông nền. *Một ý tưởng*

là một tính cách, chứ không phải một thực tế. Khi tự biểu hiện trong một người, nó có khuynh hướng mạnh mẽ biến người ấy thành hiện thân của nó: Thúc đẩy người đó hành động. Đôi khi, sự thúc đẩy ấy (hay nói cách khác là sự chiếm hữu) có thể mạnh đến mức khiến người đó thà chết còn hơn là để ý tưởng bị hủy hoại. Nói chung, đây là một quyết định tồi khi xét rằng thường chỉ có ý tưởng cần phải chết, còn người nắm giữ ý tưởng ấy có thể thôi làm hiện thân cho nó, thay đổi lối tư duy của mình và sống tiếp.

Nói theo cách hình tượng hóa đầy kịch tính của tổ tiên chúng ta: Những điều xác tín cơ bản nhất mới phải chết - phải bị hy sinh - khi mối quan hệ với Thượng Đế bị phá vỡ (ví dụ như khi những đau khổ quá thể và thường không thể chịu nổi cứ xuất hiện thường xuyên, chúng sẽ chỉ ra điều gì đó cần thay đổi). Điều này đồng nghĩa không có gì khác ngoài một tương lai tốt đẹp đang chào đón nếu chúng ta biết hy sinh thỏa đáng ở hiện tại. Không có loài vật nào khác nhận biết được điều này, và chúng ta đã phải mất hàng trăm nghìn năm để có được điều đó. Phải mất thêm bao niên kỷ quan sát và thờ phụng anh hùng nữa, rồi thêm hàng thiên niên kỷ học hỏi để đúc kết ý tưởng ấy thành một câu chuyện. Tiếp theo, ta lại mất thêm những khoảng thời gian đằng đẵng để đánh giá câu chuyện ấy, để hợp nhất nó sao cho giờ đây ta có thể nói rằng: "Nếu có kỷ luật và đặc quyền đặt tương lai lên trên hiện tại, bạn có thể kiến thiết thực tại theo ý mình."

Nhưng phải làm sao cho hiệu quả nhất?

Năm 1984, tôi bắt đầu bước trên con đường như của Descartes. Khi ấy, tôi không dám nghĩ rằng mình đang bước trên cùng con đường với ông và tôi cũng không dám sánh với Descartes, người được xem là một trong

những triết gia vĩ đại nhất mọi thời. Nhưng tôi đã thực sự bị nỗi hoài nghi bủa vây. Khi đã hiểu hơn về thứ Ki-tô giáo nông cạn mà tôi được học khi còn trẻ, tôi liền hiểu ngay được những nguyên lý cơ bản của học thuyết Darwin. Sau đó, tôi không thể phân biệt được các yếu tố cơ bản của tín ngưỡng Ki-tô với sự không tưởng. Và rồi chủ nghĩa xã hội đã sớm hấp dẫn tôi như một sự thay thế, nhưng cũng bị chứng minh là phi thực tế không kém; theo thời gian, tôi đã hiểu ra - nhờ nhà văn George Orwell vĩ đại - rằng nhiều suy nghĩ như thế đã tìm thấy động lực trong lòng hận thù đối với người giàu có và thành công, thay vì lòng quan tâm chân thành đến người nghèo.

Bên cạnh đó, các nhà xã hội chủ nghĩa còn niềm tin mạnh mẽ vào đồng tiền. Họ chỉ nghĩ rằng nếu mọi người đều có tiền, thì những rắc rối đang hành hạ nhân loại sẽ biến mất. Điều này không hề đúng. Có rất nhiều vấn đề mà tiền không giải quyết được, mà chỉ khiến chúng tồi tệ hơn. Những người giàu vẫn ly hôn nhau, vẫn bị con cái của họ xa lánh, vẫn trăn trở trong nỗi sợ về sự tồn tại, vẫn mắc chứng ung thư và mất trí, để rồi chết trong cô độc và không được yêu thương. Những kẻ nghiện ngập đang phục hồi thì vung tiền để hút cần và nhậu nhẹt điên cuồng. Và rồi sự chán nản cứ đè nặng lên những kẻ nhàn cư vi bất thiện ấy.

Đồng thời, tôi cũng bị hành hạ bởi thực tế của Chiến tranh Lạnh. Nó ám ảnh tôi. Nó chỉ cho tôi những cơn ác mộng. Nó đẩy tôi vào sa mạc, vào trong bóng đêm của linh hồn con người. Tôi không hiểu nổi làm thế nào mà hai đối cực chính của thế giới lại nhắm vào nhau và cầm chắc sẽ hủy hoại lẫn nhau. Lẽ nào hệ thống này lại chuyên quyền và đồi bại hơn hệ thống kia? Hay đó chỉ là vấn đề quan điểm? Lẽ nào mọi cấu trúc giá trị chỉ là tấm áo của quyền lực?

Lẽ nào mọi người đều loạn trí rồi?

Chính xác thì chuyện gì đã xảy ra trong thế kỷ XX? Làm sao hàng chục triệu người phải chết, phải hy sinh? Làm sao chúng ta lại phát hiện ra điều gì đó tồi tệ hơn nhiều so với tầng lớp quý tộc và những tín niệm suy đồi, rằng chủ nghĩa cộng sản và phát-xít đã tìm phương án thay thế nhau một cách hợp lý? Không ai trả lời được những câu hỏi ấy; tôi có thể khẳng định như thế. Giống như Descartes, như bị nỗi hoài nghi bủa vây. Tôi tìm kiếm chỉ một điều - bất kỳ điều gì - mà tôi có thể xem là không thể chối cãi. Tôi muốn một phiến đá nền để dựng ngôi nhà của mình trên đó. Chính nỗi hoài nghi đã cho phép tôi làm thế.

Tôi đã từng đọc một chuyện đặc biệt xảo quyệt ở trại tập trung Auschwitz. Lính gác sẽ buộc tù nhân mang một bao muối ướt nặng đến nửa tạ từ bên này sang bên kia tòa nhà rồi quay lại. Tấm biển *Arbeit machtfrei* được để ngay trên lối vào trại - nghĩa là "Công việc sẽ trả tự do cho các ngươi" - và tự do chính là cái chết. Vác bao muối là một hành động giày vò vô nghĩa. Đó là một tác phẩm nghệ thuật của sự độc ác. Nó đã giúp tôi nhận ra rằng những hành động đó chắc chắn sai trái.

Aleksandr Solzhenitsyn từng viết một cách dứt khoát và thấu đáo về những nỗi khổ đau của thế kỷ XX, về nhiều người đã bị tước đi việc làm, gia đình, nhân thân và cuộc sống. Trong cuốn *Quần đảo ngục tù,* ở phần thứ hai của tập hai, ông đã bàn về các cuộc thử nghiệm Nuremburg[47] thứ mà ông xem là sự kiện quan trọng nhất của thế kỷ XX. Kết luận về những cuộc thử nghiệm ấy là gì? *Có một số hành động mà tự thân chúng khủng khiếp đến mức chống lại bản chất đúng mực của Hữu thể. Về cơ* bản, điều này đúng trên tất cả các nền văn hóa - xuyên thời gian và không gian. *Đây là những hành động tà ác. Không có lý do gì để ta tham gia vào chúng cả.*

Tước đi quyền làm người của đồng loại, hạ thấp vị thế của họ xuống bằng một con ký sinh trùng, tra tấn và tàn sát mà không cần biết họ vô tội hay có tội, chỉ để tạo ra hình thái nghệ thuật của nỗi đau đớn - như thế là sai trái.

Tôi có thể không hoài nghi ư? Thực tại là bể khổ. Chẳng có gì phải bàn cãi cả. Kẻ hư vô chủ nghĩa không thể làm suy yếu nó bằng sự hoài nghi. Kẻ toàn trị chủ nghĩa cũng không thể trục xuất nó. Kẻ yếm thế không thể thoát khỏi thực tại của nó. Đau khổ là có thật và việc gây ra đau khổ cho người khác một cách xảo quyệt vì lợi ích bản thân là sai trái. Điều đó đã trở thành nền tảng trong tín niệm của tôi. Khi truy cứu những suy nghĩ và hành động thấp hèn nhất của con người, việc hiểu rằng mình có khả năng hành động như một cai ngục của Đức Quốc xã, một ủy viên trại tù chính trị hay một kẻ tra tấn trẻ em trong hầm tối, tôi đã nắm được ý nghĩa của câu nói "lấy thân chịu tội cho thế gian". Mỗi người đều có khả năng làm việc xâu rất ghê gớm. *Ngay từ đầu*, mỗi người có thể không hiểu được đâu là tốt, nhưng chắc chắn hiểu đâu là xấu. Và nếu đã có điều *xấu*, thì hẳn sẽ có điều *tốt*. Nếu tội lỗi tồi tệ nhất là hành hạ người khác nhân danh chính sự giày vò ấy - thì điều tốt chính là bất cứ điều gì trái ngược với nó. Bất cứ điều gì ngăn những việc như thế xảy ra.

Ý NGHĨA LÀ CÁI THIỆN CAO ĐẸP HƠN

Chính từ đây mà tôi đã rút ra những kết luận cơ bản về đạo đức. Hướng tới mục tiêu. Tập trung chú ý. Khắc phục những gì khắc phục được. Đừng kiêu ngạo về hiểu biết của bản thân. Cố gắng luôn khiêm tốn, bởi vì niềm kiêu hãnh toàn trị tự nó biểu thị sự tàn nhẫn, đàn áp, hành hạ và chết chóc. Hãy ý thức về thiếu sót của chính mình - sự hèn nhát, ác tâm,

oán giận và hận thù. Hãy suy ngẫm về ý niệm sát nhân trong chính tâm hồn mình trước khi tố cáo người khác và trước khi cố gắng vá víu lại giàn khung của thế giới. Có thể đó không phải là lỗi của thế giới. Có thể lỗi là do bạn. Bạn đã không tạo được dấu ấn. Bạn đã bỏ lỡ mục tiêu. Bạn đã không đạt đến niềm vinh quang đó của Thượng Đế. Bạn đã phạm tội. Và tất cả là những gì bạn góp phần vào sự thiếu sót và tà ác của thế giới. Và trên hết, đừng nói dối. Đừng bao giờ nói dối bất cứ điều gì. Lừa dối sẽ dẫn bạn xuống Địa Ngục. Những lời nói dối dù lớn hay nhỏ của nhà nước phát-xít đã gây ra cái chết cho hàng triệu người rồi đấy.

Sau đó, hãy ngẫm lại rằng việc giảm bớt đau đớn và khổ nhọc không cần thiết là điều tốt. Hãy lập ra một phương châm rằng: Tôi sẽ gắng hết sức hành động sao cho làm vơi bớt nỗi đau đớn và khổ nhọc không cần thiết. Ngay bây giờ, bạn đã lên đến được đỉnh cao của hệ thống cấp bậc đạo đức, một tập hợp các giả định và hành động nhằm cải thiện Hữu thể. Vì sao ư? Vì chúng ta biết phương án thay thế. Phương án này từng là thế kỷ XX. Phương án này gần sát Địa Ngục đến mức mà sự khác biệt là không đáng bàn đến. Và đối nghịch với Địa Ngục chính là Thiên Đường. Để giảm bớt đau đớn và khổ nhọc không cần thiết trên đỉnh của hệ thống phân cấp giá trị, bạn phải nỗ lực để đưa Vương quốc của Thượng Đế về với Trần thế. Đó là một hiện trạng và đồng thời cũng là não trạng.

Jung quan sát thấy rằng việc xây dựng một hệ thống luân lý như thế là điều không thể tránh khỏi - mặc dù nó vẫn được sắp xếp chưa ổn và tồn tại sự tự mâu thuẫn trong nội tại. Đối với Jung, bất kỳ điều gì nằm ở đỉnh cao hệ thống luân lý của một cá nhân đều là giá trị tối thượng của người ấy, là "Chúa" của người ấy, trong tất cả ý định và mục đích của họ. Đó là những gì người ấy thực hiện. Đó là những gì người ấy tin tưởng sâu sắc nhất.

Một điều gì đó được thực hiện không phải là một sự kiện, hay thậm chí một tập hợp các sự thật. Thay vì thế, đó là một tính cách - hay chính xác hơn là lựa chọn giữa hai tính cách đối lập: Sherlock Holmes hay Moriarty; Người Dơi hay Joker; Siêu Nhân hay Lex Luthor; Charles Francis Xavier hay Magneto; và Thor hay Loki. Đó là Abel hay Cain và Chúa Giê-su hay quỷ Satan. Nếu nó nỗ lực khiến Hữu thể trở nên cao quý vì kiến lập nên Thiên Đường, thì nó là Chúa Giê-su. Nếu nó nỗ lực hủy diệt Hữu thể, khai sinh và lan truyền những đau đớn và khổ nhọc không cần thiết, thì nó chính là Quỷ Satan. Đó là thực tại nguyên mẫu không thể chối cãi.

Cái lợi trước mắt luôn thôi thúc mù quáng kéo theo sau. Đó là lợi ích ngắn ngủi. Nó hẹp hòi và ích kỷ. Nó nói dối để đạt được mục đích. Nó chẳng xem trọng điều gì cả. Đó là sự ấu trĩ và vô trách nhiệm. Ý nghĩa chính là sự thay thế đã chín muồi của nó. Ý nghĩa xuất hiện khi những thôi thúc đã được chỉnh đốn, sắp xếp và thống nhất. Ý nghĩa phát sinh từ sự giao thoa giữa các khả năng của thế giới với cấu trúc giá trị vận hành trong thế giới đó. Nếu cấu trúc giá trị nhằm khiến cho Hữu thể tốt lên, thì ý nghĩa hé lộ sẽ duy trì sự sống. Nó sẽ mang đến thuốc giải cho hỗn loạn và đau khổ. Nó khiến mọi thứ có tầm quan trọng. Nó sẽ khiến mọi thứ tốt hơn lên.

Nếu bạn hành động đúng đắn, hành động của bạn sẽ cho phép bạn hợp nhất hôm nay, ngày mai và tương lai trên phương diện tâm lý, trong khi bạn vẫn được lợi cho bản thân, gia đình và thế giới rộng lớn xung quanh. Tất cả mọi thứ sẽ xếp chồng lên nhau và nằm ngay ngắn trên một trục duy nhất. Mọi thứ sẽ đến cùng với nhau. Điều này mang lại ý nghĩa toàn diện nhất. Sự xếp chồng này là một nơi chốn trong không-thời gian, mà chúng ta chỉ có thể phát hiện ra sự tồn tại của nó bằng khả năng trải nghiệm nhiều

hơn những gì được hé lộ hoàn toàn cho các giác quan của ta, vốn bị giới hạn rõ ràng trong khả năng thu thập thông tin và biểu trưng của các giác quan ấy. Ý nghĩa chiến thắng tư lợi. Ý nghĩa làm hài lòng mọi cơn bốc đồng, bây giờ và mãi mãi. Đó là lý do chúng ta có thể phát hiện ra nó.

Nếu bạn quyết định rằng sẽ không biện minh cho nỗi oán giận của mình đối với Hữu thể, bất chấp những bất công và đau khổ từ nó, bạn có thể nhận ra những điều mình có thể khắc phục để làm vơi bớt những đau đớn và thống khổ không cần thiết, dù chỉ một chút. Bạn có thể tự hỏi: "Hôm nay mình nên làm gì?" với ý nghĩa như sau: "Làm sao mình có thể sử dụng thời gian để làm mọi thứ tốt hơn thay vì tồi tệ hơn?" Những nhiệm vụ này có thể tự lên tiếng thông báo, như một đống giấy tờ bỏ dở mà bạn có thể chú tâm hoàn thành, một căn phòng mà bạn có thể tô điểm thêm vẻ hân hoan chào đón, hoặc một bữa ăn ngon hơn một chút và chứa đựng thêm sự biết ơn đến gia đình.

Bạn có thể nhận ra rằng khi tham gia vào các nghĩa vụ đạo đức trên, bạn đã đặt nhiệm vụ "khiến cho thế giới tốt lên" lên trên cùng của hệ thống phân cấp giá trị, và trải nghiệm một ý nghĩa sâu sắc hơn bao giờ hết. Đó không phải là niềm hân hoan. Đó không phải là niềm hạnh phúc. Nó là một thứ gì đó giống như sự chuộc tội cho những tội lỗi mà bạn đã gây ra và phạm phải với Hữu thể. Đó là món nợ mà bạn phải trả cho thứ phép màu điên rồ và khủng khiếp có trong sự tồn tại của bạn. Đó là cách bạn nhớ về nạn Diệt chủng Do Thái. Đó là cách bạn tạo ra sự cải thiện cho những biểu hiện bệnh lý của lịch sử. Đó là sự tiếp nhận trách nhiệm vì đã trở thành một đọa dân tiềm tàng của Địa Ngục. Đó là sự sẵn lòng phụng sự như một thiên thần chốn Thiên Đường.

Cái lợi cá nhân đang che đậy những điều xấu xa. Nó che đậy vết máu

mà bạn vừa giây ra trên thảm. Nó trốn tránh trách nhiệm. Nó hèn nhát, nông cạn và sai trái. Nó sai trái vì cái lợi đơn thuần, khi được nhân lên gấp bội vì lặp lại nhiều lần, sẽ tạo ra đặc tính của loài quỷ dữ. Nó sai trái vì cái lợi chỉ chuyển lời nguyền từ bạn sang người khác, hoặc sang chính bạn trong tương lai khiến cho tương lai của bạn, và cả tương lai nói chung, tồi tệ thêm thay vì tốt hơn.

Không có đức tin, lòng can đảm và sự hy sinh trong hành động vị lợi. Không có sự chú tâm quan sát những hành động và định kiến quan trọng, hoặc nhận định rằng thế giới được cấu thành bởi những điều quan trọng. Tìm thấy ý nghĩa trong cuộc sống sẽ tốt hơn là có được thứ bạn mong muốn, bởi bạn vừa không biết bản thân muốn gì, vừa không biết được mình thực sự cần gì. Ý nghĩa là điều gì đó xảy đến với bạn theo ý riêng của nó. Bạn có thể lập ra các điều kiện tiên quyết, bạn có thể theo đuổi ý nghĩa khi nó tự hiện thân, nhưng bạn không thể đơn giản tạo ra nó như một hành động của ý chí. Ý nghĩa báo hiệu bạn đang đứng đúng chỗ, ở đúng thời điểm, cân bằng hợp lý giữa trật tự với hỗn loạn, nơi mọi thứ sắp thẳng hàng nhất có thể vào đúng thời khắc ấy.

Những điều vị lợi chỉ hiệu nghiệm trong khoảnh khắc. Nó nhất thời, bốc đồng và hạn chế. Trái lại, những điều có ý nghĩa là sự sắp xếp những thứ vị lợi đơn thuần vào bản giao hưởng của Hữu thể. Ý nghĩa là những lực thúc đẩy mạnh mẽ hơn cả lời ca được thể hiện trong "Khúc hoan ca" (Ode to Joy) của Beethoven, một chiến thắng xuất phát từ khoảng trống của một khuôn mẫu tiếp sau một khuôn mẫu đẹp đẽ, khi mọi nhạc cụ đều chơi tròn vai, khi những giọng ca quy củ xếp trên tất cả những thứ ấy và trải rộng đến toàn bộ hơi thở cảm xúc của con người, từ sự tuyệt vọng đến niềm hân hoan.

Ý nghĩa là điều tự hiển lộ khi nhiều cấp độ của Hữu thể tự sắp xếp thành một thể hài hòa hoàn hảo, từ mô hình hạt nhân nguyên tử, tế bào, cơ quan bộ phận, cá thể, xã hội, tự nhiên rồi đến vũ trụ, để hành động ở từng cấp độ mở đường cho hành động toàn diện một cách đẹp đẽ và hoàn hảo, để quá khứ, hiện tại và tương lai bù đắp và hòa hợp với nhau cùng lúc. Ý nghĩa là những gì xuất hiện một cách đẹp đẽ và sâu sắc như một đóa hồng mới nở, thoát khỏi hư không để hòa vào ánh sáng của mặt trời và Thượng Đế. Ý nghĩa là đóa sen vươn mình lên từ đầm bùn tăm tối, sâu thẳm qua làn nước xanh trong hơn bao giờ hết, nở bừng trên mặt nước và lộ mình trước Kim Phật, rồi hoàn toàn hợp nhất với Ngài; hệt như sự mặc khải của Ý chí Thánh linh tự hiển lộ trong từng lời nói và cử chỉ.

Ý nghĩa là khi tất cả mọi thứ hội lại cùng nhau trong một vũ điệu mê ly với một mục đích duy nhất - sự tôn vinh thực tại, để dù nó bất chợt tốt đẹp thế nào, thì nó vẫn có thể trở nên tốt đẹp và tốt đẹp hơn nữa, vĩnh viễn sâu sắc hơn nữa trong tương lai. Ý nghĩa xuất hiện khi vũ điệu ấy mãnh liệt đến mức mọi điều khủng khiếp trong quá khứ, mọi sự giao tranh tệ hại kéo theo toàn bộ sự sống và toàn thể nhân loại - cho đến thời điểm ấy - đều trở thành một phần cần thiết và xứng đáng của một nỗ lực ngày càng thành công, nhằm xây dựng một điều gì đó thực sự Hùng mạnh và Tốt đẹp hơn.

Ý nghĩa là sự cân bằng tối thượng giữa một mặt là sự hỗn loạn của biến đổi và khả năng, với mặt kia là khuôn phép của trật tự nguyên sơ, với mục đích là tạo ra một trật tự mới từ sự hỗn loạn sẵn có; một trật tự thuần khiết hơn, có khả năng đem đến trật tự và hỗn loạn cân bằng hơn, hiệu quả hơn nữa. Ý nghĩa là Con đường, là lối sống sung túc hơn, là nơi ta sinh sống khi được Tình yêu và ngôn lời Chân thành dẫn lối, là khi ta chẳng muốn hoặc có thể muốn điều gì đáng được ưu tiên hơn thế.

Hãy theo đuổi những điều ý nghĩa, chứ không phải có lợi.

QUY LUẬT 8

HÃY NÓI SỰ THẬT - HOẶC CHÍ ÍT CŨNG ĐỪNG NÓI DỐI

SỰ THẬT Ở CHỐN KHÔNG NGƯỜI

TÔI ĐƯỢC ĐÀO TẠO TRỞ THÀNH một nhà tâm lý học lâm sàng tại Đại học McGill, Montreal. Trong thời gian này, thỉnh thoảng tôi cũng gặp gỡ bạn bè cùng lớp tại các cơ sở của Bệnh viện Douglas, Montreal, nơi chúng tôi có những trải nghiệm trực tiếp với bệnh tâm thần. Bệnh viện chiếm diện tích hàng mẫu đất với hàng tá tòa nhà khác nhau. Nhiều tòa nhà được kết nối với nhau bằng các đường hầm dưới lòng đất để bảo vệ công nhân và bệnh nhân khỏi những mùa đông dài đằng đẵng tại Montreal. Bệnh viện này từng là nơi trú ẩn của hàng trăm bệnh nhân nội trú dài ngày. Đấy là trước khi các loại thuốc chống loạn thần và các phong trào tái hòa nhập cộng đồng trên quy mô lớn vào cuối thập niên 1960 kéo theo việc đóng cửa hàng loạt các viện tâm thần nội trú, và thường đày đọa các bệnh nhân - nay "được trả tự do" - vào cuộc sống trắc trở hơn trên đường phố. Vào đầu thập niên 1980, khi tôi đến thăm các cơ sở này lần đầu, hầu hết các bệnh nhân nội trú có tình trạng nghiêm trọng nhất đều được cho xuất viện. Những người còn lại đều cảm thấy lạ lẫm và bị tổn thương nặng nề. Họ tụ tập quanh các máy bán hàng tự động nằm rải rác khắp các đường hẩm của bệnh viện. Trông như thể họ được chụp bởi Diane Arbus[48], hay

được vẽ bởi Hieronymus Bosch[49].

Một hôm, tôi cùng các bạn học xếp hàng chờ hướng dẫn chuyên sâu từ một nhà tâm lý học khắc khổ người Đức, người điều hành chương trình huấn luyện lâm sàng tại Douglas. Một bệnh nhân nội trú dài hạn, yếu ớt và dễ tổn thương đã tiếp cận một trong số các sinh viên chúng tôi - một cô gái trẻ được chăm bẵm và bảo thủ. Bệnh nhân nói chuyện với cô bằng giọng điệu thân thiện và trẻ con: "Sao các cô đều đứng đây vậy? Các cô đang làm gì thế? Tôi đi cùng cô có được không?" Bạn tôi liền quay sang tôi và hỏi: "Tôi nên nói gì với chị ta bây giờ?" Cô ấy đã sửng sốt, cũng như tôi, vì yêu cầu này đến từ một người bị cô lập và tổn thương. Không ai trong chúng tôi muốn nói bất kỳ điều gì có thể bị hiểu là từ chối hoặc quở trách.

Chúng tôi như tạm bước vào một thế giới không người, nơi xã hội không có quy tắc hay chỉ dẫn căn bản nào. Chúng tôi là những sinh viên lâm sàng non trẻ, chưa hề được chuẩn bị để đối mặt với những cơ sở của một bệnh viện tâm thần, khi một bệnh nhân tâm thần phân liệt hỏi một câu ngây thơ, thân thiện về khả năng thuộc về xã hội. Sự đối đáp qua lại tự nhiên giữa người với người, cần chú ý đến các ám hiệu tùy bối cảnh cũng không diễn ra ở đây. Chính xác thì những quy luật ứng xử trong một tình huống vượt ngoài các ranh giới tương tác xã hội thông thường sẽ là gì? Chính xác thì lựa chọn của chúng ta là gì?

Theo như tôi nhanh chóng phỏng đoán thì chỉ có hai lựa chọn. Tôi có thể bịa ra một câu chuyện để kể cho bệnh nhân nghe nhằm giữ thể diện cho tất cả mọi người, hoặc có thể trả lời thành thật. "Một nhóm chỉ có thể có tám người thôi" - đó là câu đáp thuộc kiểu đầu tiên, hoặc: "Chúng tôi sắp rời bệnh viện bây giờ." Không câu trả lời nào trong hai câu trên vùi dập bất kỳ cảm xúc nào, chí ít nhất là ngoài mặt và sự hiện hữu của những

khác biệt về vị thế giữa chúng tôi và cô ta cũng sẽ không rõ ràng. Dù vậy, cả hai câu trả lời đều không thật chính xác. Do đó, tôi không chọn câu nào cả.

Tôi bảo với bệnh nhân một cách đơn giản và thẳng thắn nhất có thể rằng chúng tôi là những sinh viên mới, đang được đào tạo để trở thành bác sĩ tâm lý, và bởi thế, cô ấy không thể tham gia cùng chúng tôi. Câu trả lời ấy đã làm bật lên sự khác biệt giữa hoàn cảnh của cô ấy và của chúng tôi, khiến cho khoảng cách giữa chúng tôi thêm xa cách và rõ rệt. Câu trả lời ấy gay gắt hơn một lời nói dối vô hại được khéo léo dàn dựng. Nhưng tôi đã nghi ngờ rằng việc nói dối, dù với ý tốt, cũng có thể gây ra những hậu quả không mong muốn. Cô ấy tiu nghỉu và bị tổn thương, nhưng chỉ trong chốc lát. Rồi cô ấy hiểu và mọi chuyện đều ổn. Chuyện đã xảy ra như thế.

Tôi đã có những trải nghiệm khác lạ chừng vài năm trước khi bắt đầu khóa đào tạo lâm sàng. Khi ấy, tôi đang chịu một số sự cưỡng bức bạo lực (nhưng không hành động theo chúng), và hệ quả là hình thành một nhận thức tội lỗi rằng tôi hầu như chẳng biết mình là ai và sống vì lẽ gì. Nên tôi bắt đầu chú ý kỹ hơn vào hành vi và lời nói của mình. Phải nói rằng trải nghiệm này đã khiến tôi chao đảo. Tôi nhanh chóng chia bản thân mình thành hai phần: Một phần để giao tiếp, và một phần khác, tách biệt hơn, để quan sát và đánh giá. Chẳng bao lâu, tôi nhận ra rằng hầu như mọi điều tôi nói đều không thành thật. Nhưng tôi có động cơ để nói những điều ấy: Tôi muốn giành chiến thắng trong các cuộc tranh luận, chiếm thế thượng phong, gây ấn tượng với mọi người và đạt được những gì mình muốn. Tôi đã sử dụng ngôn từ để bẻ cong hay bóp méo thế giới sao cho nó đem lại những gì mà tôi nghĩ là cần thiết. Nhưng tôi là một kẻ giả tạo. Khi nhận ra điều này, tôi bắt đầu luyện tập chỉ nói những điều mà giọng nói trong thâm

tâm không phản bác. Bắt đầu bằng cách tập nói sự thật, hoặc chí ít là không nói dối. Tôi sớm nhận ra đó quả là một kỹ năng rất hữu dụng mỗi khi tôi không biết phải làm gì. Bạn nên làm gì khi không biết phải làm gì? Hãy nói sự thật đi nào. Và đó chính là điều tôi đã làm vào ngày đầu tiên tại Bệnh viện Douglas.

Sau đó, tôi được giao cho một bệnh nhân bị chứng hoang tưởng và nguy hiểm. Điều trị cho bệnh nhân hoang tưởng là thử thách đầy khó khăn. Họ tin rằng họ là mục tiêu của những thế lực hắc ám huyền bí, chuyên làm những trò tàn ác sau lưng. Những bệnh nhân hoang tưởng luôn trong trạng thái cảnh giác và tập trung cao độ. Họ chú ý đến các ám hiệu không lời với sự căng thẳng không bao giờ thể hiện trong các mối tương tác thông thường giữa con người. Họ phạm sai lầm trong việc diễn giải (hoang tưởng chính là thế), nhưng vẫn có khả năng phát hiện ra các động cơ, sự phán xét và lời dối trá lẫn lộn với nhau một cách phi thường. Bạn phải rất chăm chú lắng nghe và chỉ nói sự thật nếu muốn một người hoang tưởng mở lòng với mình.

Tôi luôn lắng nghe kỹ càng và luôn nói sự thật với bệnh nhân của mình. Dù lúc này hay lúc khác, anh ta luôn mô tả những ảo tưởng khiến máu huyết tôi đông cứng lại: lột da người để trả thù. Tôi sẽ quan sát xem mình phản ứng thế nào. Tôi chú ý xem những suy nghĩ và hình ảnh hiện lên trên màn chiếu của trí tưởng tượng trong tôi khi anh ta đang mô tả và tôi thuật lại với anh ta những gì mình nhìn thấy. Tôi không tìm cách kiểm soát hay dẫn dắt suy nghĩ, hành động của anh ta (hoặc của chính tôi). Tôi chỉ cố gắng để anh ta biết một cách trung thực nhất rằng những hành động của anh ta đang trực tiếp tác động đến ít nhất một người - đó là tôi. Việc tôi chú ý và phản hồi thẳng thừng hoàn toàn không có nghĩa rằng tôi vẫn

cảm thấy bình thản, huống hồ là chấp nhận anh ta. Tôi bảo với anh ta rằng mỗi khi anh dọa tôi (khá thường xuyên), thì lời nói và hành vi của anh ta là sai trái và anh ta sẽ lâm vào rắc rối nghiêm trọng.

Dù vậy, anh ta vẫn nói chuyện với tôi vì tôi lắng nghe và hồi đáp một cách thành thật, ngay cả khi câu trả lời của tôi chẳng động viên anh ta chút nào. Anh ta vẫn tin tưởng tôi, mặc cho (hay đúng hơn là chính vì) những sự phản bác của tôi. Anh ta bị hoang tưởng chứ không hề ngu ngốc. Anh biết những hành vi của mình không được xã hội chấp nhận. Anh ta biết rằng bất kỳ người tử tế nào cũng đều sẽ phản ứng lại những huyễn tưởng điên rồ của anh bằng nỗi kinh sợ. Anh ta tin tưởng tôi và muốn nói chuyện với tôi vì cách tôi phản ứng lại. Sẽ không có cơ hội nào để thấu hiểu anh ta nếu không có sự tin tưởng ấy.

Nhìn chung, rắc rối đến với anh ta bắt đầu từ nạn quan liêu, điển hình là tại ngân hàng. Anh ta bước vào một cơ sở và thử làm một số thủ tục đơn giản. Anh ta tìm cách mở tài khoản, thanh toán hóa đơn hoặc đóng phạt. Đôi khi, anh ta gặp phải một kiểu người không thuận lòng trợ giúp mà ai cũng sẽ gặp ở những nơi như thế, dù lúc này hay lúc khác. Người ấy sẽ từ chối thẻ căn cước của anh, hoặc yêu cầu một số thông tin không cần thiết và khó có được. Đôi khi, tôi đồ rằng sự trì trệ của tệ quan liêu là không thể tránh khỏi - nhưng đôi lúc nó trở nên phức tạp quá mức cần thiết vì sự lạm dụng quyền lực quan liêu tủn mủn. Bệnh nhân của tôi rất nhạy cảm với những việc ấy. Anh ta bị ám ảnh với sự tôn kính. Điều đó còn quan trọng với anh hơn cả sự an toàn, tự do và tài sản. Chiếu theo logic ấy (vì những người hoang tưởng thì có logic không chê vào đâu được), anh ta không thể chấp nhận để bản thân mình bị hạ thấp, xúc phạm hay sỉ nhục bởi bất cứ ai, dù chỉ một chút. Anh ta sẽ không bao giờ bỏ qua

cho những việc như vậy. Bởi thái độ khắt khe và cố chấp ấy, mà những hành động từ bệnh nhân của tôi đã "đem lại" cho anh ta kha khá lệnh cách ly. Tuy nhiên, lệnh cách ly có hiệu quả nhất chỉ với kiểu người không bao giờ cần đến chúng mà thôi.

"Ta sẽ là cơn ác mộng tồi tệ nhất của ngươi" là câu cửa miệng của anh ta mỗi khi đối mặt với những tình huống như thế. Đã có lúc tôi rất ao ước mình có thể nói ra những lời giống như thế, khi gặp phải những trở ngại quan liêu không cần thiết, nhưng nhìn chung, bỏ qua là lựa chọn tốt nhất. Tuy nhiên, bệnh nhân của tôi nghiêm túc với những gì anh nói và đôi lúc anh ta đã thực sự trở thành cơn ác mộng của ai đó. Anh ta là kẻ phản diện trong bộ phim *No Country for Old Men* (tựa tiếng Việt: *Không chốn dung thân)*. Anh ta là kẻ mà bạn gặp không đúng nơi, không đúng lúc. Nếu bạn trêu tức anh ta dù chỉ vô tình, anh ta sẽ bám theo bạn, nhắc cho bạn nhớ mình đã làm gì và dọa bạn chết khiếp. Anh ta không phải kẻ mà bạn dám lừa dối đâu. Tôi luôn nói sự thật với anh ta và điều đó khiến anh ta dịu lại.

GÃ CHỦ NHÀ CỦA TÔI

Trong khoảng thời gian ấy, tôi có một người chủ nhà từng là thủ lĩnh của một băng xe mô-tô địa phương. Vợ tôi, Tammy và tôi sống cạnh gã trong căn hộ nhỏ của cha mẹ gã. Trên người cô bạn gái của gã đầy những vết thương tự gây ra, biểu hiện đặc trưng của chứng rối loạn nhân cách ranh giới. Cô ấy đã tự sát trong khi chúng tôi sống ở đó.

Denis là một gã trai lai Pháp và Canada cao lớn, khỏe mạnh, có bộ râu quai nón xám và là một thợ điện tử nghiệp dư có tài. Gã cũng có khiếu nghệ thuật, nhờ đó giúp gã chế ra những tấm áp phích gỗ với đèn nê-ông tùy chỉnh. Gã cố gắng giữ tỉnh táo sau khi được thả tự do khỏi tù. Tuy

nhiên, cứ tầm mỗi tháng, gã sẽ biến mất trong nhiều ngày liền. Gã là một trong đám đàn ông có khả năng uống rượu phi thường; gã có thể uống 50 hoặc 60 chai bia trong hai ngày, say bí tỉ mà vẫn có thể đứng nổi. Điều này có vẻ khó tin, nhưng đó là sự thật. Tôi đã nghiên cứu về tình trạng nghiện rượu của người trong gia đình vào thời điểm ấy, và không ít đối tượng khảo sát thuật lại rằng thói quen tiêu thụ vodka thường ngày của cha họ là khoảng 1 lít. Những bậc cha chú này sẽ mua một chai vodka vào mỗi buổi chiều, từ thứ Hai đến thứ Sáu và sau đó là hai chai vào ngày thứ Bảy để dự trữ qua Chủ Nhật, khi các tiệm rượu đóng cửa.

Denis có một chú cún nhỏ. Đôi khi, Tammy và tôi sẽ nghe tiếng Denis và chú cún ngoài sân sau vào lúc 4 giờ sáng, một trong những buổi uống rượu liền tù tì của gã; và cả chủ lẫn tớ đều nhìn trăng mà tru lên điên dại. Trong những dịp như thế, Denis sẽ dốc hết từng xu tiết kiệm được vào rượu. Sau đó, gã sẽ xuất hiện tại căn hộ của chúng tôi. Chúng tôi sẽ nghe thấy tiếng gõ cửa trong đêm. Denis đứng ngoài cửa, lắc lư qua lại với dáng người thẳng đứng cùng vẻ tỉnh táo diệu kỳ.

Gã sẽ đứng đó, cầm trên tay chiếc lò nướng bánh, lò vi sóng hay một tấm áp phích nào đó. Gã muốn bán cho tôi những món này để tiếp tục sự nghiệp rượu chè. Tôi đã mua một vài món như thế từ gã và tự nhủ rằng mình đang làm từ thiện. Cuối cùng, Tammy thuyết phục rằng tôi không thể làm như thế nữa. Điều đó khiến cô ấy lo lắng và khiến Denis ngày một tệ hơn, vì cô cũng quý gã. Mặc cho yêu cầu của vợ tôi là hợp lý và thậm chí cần thiết, nhưng nó vẫn đặt tôi vào tình thế trớ trêu.

Bạn sẽ nói gì với một cựu thủ lĩnh băng đảng mô-tô ưa bạo lực, đắm chìm trong men rượu cùng thứ tiếng Anh chắp vá, khi hắn đang cố bán cho bạn chiếc lò vi sóng ngay trước cửa phòng vào lúc 2 giờ sáng? Đây là một

câu hỏi thậm chí khó hơn nhiều so các câu hỏi đặt ra cho bệnh nhân phải hòa nhập xã hội, hoặc một kẻ lột da người hoang tưởng. Nhưng câu trả lời vẫn thế: Sự thật. Và bạn cũng đã biết thừa sự thật ở đây nghĩa là gì.

Denis lại gõ cửa ngay sau khi vợ và tôi bàn bạc xong. Gã nhìn thẳng vào tôi bằng nửa con mắt hoài nghi đặc trưng của đám người dữ tợn, nghiện rượu nặng và không lạ gì với rắc rối. Ánh nhìn đó có nghĩa là "hãy chứng minh mày vô tội đi". Gã lắc lư người một cách nhẹ nhàng, rồi - lịch sự - hỏi rằng tôi có muốn mua chiếc máy nướng bánh của gã không. Từ tận tâm can, tôi như trút hết mọi động lực áp chế của loài linh trưởng cùng đạo đức cao thượng. Tôi nói thẳng với gã một cách thận trọng hết sức rằng tôi không mua. Tôi đã không giở mánh lới nào. Trong thời khắc ấy, tôi không còn là một thanh niên có học vấn, giỏi tiếng Anh, may mắn hay cầu tiến nữa. Gã cũng không còn là một tay đua mô-tô kỳ cựu từ Québéc với nồng độ cồn trong máu là 0,24. Không, chúng tôi là hai con người có thiện chí đang cố gắng giúp đỡ lẫn nhau trong cuộc đấu tranh chung để làm điều đúng đắn. Tôi bảo rằng gã đã nói là gã đang cố cai rượu. Tôi bảo rằng sẽ không tốt nếu tôi cứ đưa thêm tiền cho gã. Tôi bảo rằng gã đã khiến Tammy, người mà gã tôn trọng, phải lo lắng khi gã đến gặp chúng tôi trong tình trạng say khướt vào tối muộn thế này, hòng bán cho tôi mấy món đồ.

Gã trừng mắt nhìn tôi dữ tợn mà không nói gì trong khoảng 15 giây; 15 giây là quá dài. Tôi biết gã đang quan sát xem tôi có bất kỳ biểu hiện nhỏ nhất nào lộ ra sự mỉa mai, lừa phỉnh, khinh thường hay tự ăn mừng không. Nhưng tôi đã suy nghĩ vừa thấu đáo vừa thông suốt và tôi chỉ nói những điều mình thực sự muốn nói. Tôi đã chọn lựa từ ngữ cẩn thận, băng qua một đầm lầy gian dối và tìm ra con đường đá ngập trong nước, Denis quay người bỏ đi. Không chỉ thế, gã còn nhớ rõ cuộc trò chuyện của chúng tôi,

bất chấp tình trạng say xỉn ở cấp độ chuyên nghiệp của gã. Gã không còn cố gắng bán cho tôi bất cứ món gì nữa. Mối quan hệ của chúng tôi, vốn đã khá tốt bất chấp những cách biệt lớn về văn hóa giữa hai bên, lại càng trở nên mật thiết hơn.

Chọn cách dễ dàng hay nói ra sự thật - đó không đơn thuần là hai lựa chọn khác nhau. Chúng còn là những lối đi khác nhau trong cuộc đời. Chúng còn là những phương cách tồn tại hoàn toàn khác nhau.

THAO TÚNG THẾ GIỚI

Bạn có thể sử dụng ngôn từ để thao túng thế giới hòng có được những gì bạn muốn. Việc này đồng nghĩa với "hành động theo kiểu chính trị". Đó là một vòng xoáy. Đó là chuyên môn của các nhà tiếp thị, chuyên viên bán hàng, nhà quảng cáo, nghệ sĩ ứng biến vô liêm sỉ, những kẻ thiếu thực tế sống theo khẩu hiệu và bệnh nhân tâm thần. Đó là bài diễn thuyết mà mọi người vận dụng nhằm tìm cách gây ảnh hưởng và thao túng người khác. Đó là những gì các sinh viên đại học thường làm khi viết một bài luận khiến giảng viên hài lòng, thay vì diễn giải và làm rõ các ý tưởng của chính họ. Đó là điều mọi người sẽ làm khi họ muốn thứ gì đó, rồi quyết định bóp méo bản thân cốt để làm hài lòng và nịnh bợ người khác. Đó là thủ đoạn, là trò hô hào khẩu hiệu và tuyên truyền.

Sống một cuộc sống như thế sẽ khiến ta bị một ham muốn xấu xa nào đó xâm chiếm, rồi dựng nên lời nói và hành động sao cho chúng có vẻ hợp lý nhằm đạt được mục đích. Những mục đích toan tính điển hình có thể bao gồm "áp đặt những tín niệm ý thức hệ của tôi", "chứng minh rằng tôi luôn (hoặc đã) đúng", "tỏ ra có năng lực", "tự nâng mình lên cấp bậc thống trị", "trốn tránh trách nhiệm" (hoặc "nhận vơ công lao từ hành động

của người khác") "được thăng chức", "thu hút sự chú ý của kẻ quyền thế", "đảm bảo rằng tất cả mọi người đều thích tôi", "trục lợi từ sự đọa đày", "biện minh cho sự yếm thế của tôi", "hợp lý hóa quan điểm chống đối xã hội của tôi", "để giảm thiểu xung đột tức thời", "duy trì sự ngây thơ của tôi", "tranh thủ tính dễ tổn thương của tôi", "luôn tỏ ra mình thánh thiện" hoặc (đây mới là mục tiêu đặc biệt xấu xa) "đảm bảo đó luôn là lỗi của đứa con bị ruồng rẫy của tôi". Đây là tất cả những ví dụ về những gì mà người đồng hương của Sigmund Freud, nhà tâm lý học người Áo ít tiếng tăm Alfred Adler, gọi là "cuộc đời dối trá".

Kẻ sống một cuộc đời dối trá đang tìm cách thao túng thực tại bằng nhận thức, suy nghĩ và hành động, đến mức chỉ cho phép một kết quả hạn hẹp như ý muốn và định trước được tồn tại. Dù vô tình hay cố ý, cuộc sống kiểu này đều dựa trên hai tiền đề. Đầu tiên là vốn hiểu biết hiện tại đủ để xác định xem điều gì sẽ tốt mãi trong tương lai. Thứ hai là một thực tại không chịu đựng nổi nếu ta cứ để mặc nó. Giả định đầu tiên là bất hợp lý về mặt triết học. Những gì bạn đang nhắm tới có thể không đáng đạt được, cũng như những gì bạn đang làm có thể là sai lầm. Giả thuyết thứ hai còn tệ hơn. Nó chỉ xác thực nếu thực tại là không thể chấp nhận được từ bản chất, đồng thời là thứ gì đó có thể bị thao túng và xuyên tạc. Hành động và suy nghĩ như thế đòi hỏi phải có lòng kiêu căng và sự đoan chắc mà thi sĩ đại tài người Anh, John Milton[50], đã cảm thông với quỷ Satan, kẻ từng là thiên thần tối cao của Thượng Đế trước khi sa ngã hết sức trầm trọng. Khả năng duy lý có khuynh hướng nguy hiểm là dẫn đến lòng kiêu hãnh: *Tất cả những gì ta biết là tất cả những gì cần được biết*. Niềm kiêu hãnh luôn yêu mến những sáng tạo của chính nó, và cố gắng biến chúng thành tuyệt đối.

Tôi đã chứng kiến nhiều người định nghĩa nên xã hội không tưởng của mình rồi uốn cong cuộc sống của họ thành những nút thắt, cố gắng biến chúng thành hiện thực. Một sinh viên tả khuynh chọn lấy lập trường đang thịnh hành là chống nhà cầm quyền, rồi dành 20 năm tiếp theo làm việc với lòng oán giận để lật đổ các cối xay gió trong trí tưởng tượng của mình. Một cô gái 18 tuổi quyết định nông nổi rằng cô ấy muốn nghỉ hưu ở tuổi 52. Cô làm việc suốt ba thập kỷ để thực hiện điều đó, mà không nhận ra rằng mình đã quyết định điều đó khi chỉ là một đứa trẻ. Cô ấy biết gì về bản thân mình vào năm 52 tuổi khi vẫn còn là một thiếu nữ? Ngay cả bây giờ hay nhiều năm sau nữa, cô vẫn chỉ nắm giữ một ý tưởng mơ hồ nhất, mập mờ nhất về Vườn Địa đàng thời nghỉ hưu của mình. Cô không chịu nhận ra điều ấy. Cuộc sống của cô còn ý nghĩa gì nếu mục tiêu ban đầu đã sai? Cô ấy sợ phải mở nắp hộp Pandora, nơi mọi rắc rối của thế gian được cất giữ trong đó. Nhưng cô không biết rằng hy vọng cũng nằm trong hộp. Thay vì thế, cô đã uốn nắn cuộc đời mình sao cho khớp với những huyễn tưởng của một thiếu niên được bảo bọc.

Theo thời gian, mục tiêu ngây ngô hình thành từ ban đầu sẽ chuyển thành hình thái nham hiểm của cuộc sống dối trá. Một thân chủ ngoài 40 tuổi đã kể với tôi về viễn cảnh mà ông lập ra khi còn trai trẻ: "Tôi thấy mình đã nghỉ hưu, ngồi trên một bãi biển nhiệt đới, tận hưởng ly rượu margarita dưới ánh mặt trời." Đó không phải là một kế hoạch. Đó là một tờ quảng cáo du lịch. Sau tám ly margarita, bạn chỉ vừa mới ngà ngà. Sau ba tuần lễ đắm chìm trong margarita, nếu còn chút ý thức nào, bạn sẽ phát chán và tự ghê tởm. Trong một năm hoặc chưa đến, bạn sẽ trở thành kẻ đáng thương hại. Đó không phải là một lối sống bền vững cho cuộc sống sau này. Kiểu đơn giản hóa thái quá và xuyên tạc này đặc biệt điển hình ở

các lý thuyết gia. Họ chỉ chấp nhận một chân lý duy nhất: Chính phủ là xấu, nhập cư là xấu, chủ nghĩa tư bản là xấu, chế độ gia trưởng là xấu. Sau đó, họ chắt lọc, rồi rà soát kinh nghiệm của bản thân và quả quyết nông cạn hơn nữa rằng mọi thứ có thể được lý giải bằng chân lý ấy. Họ tin tưởng một cách vị kỷ rằng bên dưới thứ lý thuyết tồi tệ ấy, thế giới chỉ có thể được đặt đúng chỗ nếu họ nắm quyền kiểm soát.

Còn một vấn đề cơ bản nữa của cuộc sống dối trá, đặc biệt khi nó dựa trên sự trốn tránh. Cảm giác tội lỗi xuất hiện do khi bạn hành động mà bạn biết rằng mình đã sai. Còn tội lỗi do không hành động là khi bạn để mặc điều gì đó tồi tệ xảy ra, trong khi bạn có thể ngăn chặn nó. Tội lỗi đầu tiên luôn được xem là nghiêm trọng hơn so với tội lỗi thứ hai - sự trốn tránh. Nhưng tôi không chắc lắm.

Giờ ta hãy cùng xét đến cô gái khẳng định rằng mọi thứ diễn ra trong cuộc đời cô đều đúng đắn. Cô tránh né xung đột và luôn mỉm cười, rồi lại làm theo những điều người khác bảo cô làm. Cô tìm thấy một ngóc ngách và giấu mình trong đó. Cô không chất vấn nhà cầm quyền hay nói ra ý kiến của mình, cũng không phàn nàn khi bị ngược đãi. Cô cố gắng tàng hình như một chú cá bơi giữa một đàn cá. Nhưng có một bí mật nung nấu cứ gặm nhấm trái tim cô. Cô vẫn đau khổ vì đời là bể khổ. Cô cảm thấy cô đơn, bị cô lập và bất mãn. Song, sự tuân phục và tự diệt trong cô đã xóa tan mọi ý nghĩa trong cuộc đời cô. Cô đã trở nên không khác gì một nô lệ, một công cụ để người khác bóc lột. Cô không nhận được những gì mình muốn hoặc cần, vì làm thế sẽ nói lên ý định trong đầu cô. Vì thế, chẳng có gì đáng quý trong sự tồn tại để cô cân bằng lại những rắc rối trong cuộc sống. Và điều ấy khiến cô phát ốm.

Trước hết, có thể những kẻ gây rối ồn ào sẽ biến mất khi tổ chức bạn

đang phụng sự va vấp và thụt lùi. Nhưng chính những người vô hình sẽ bị hy sinh kế tiếp. Kẻ trốn tránh không phải là người có sinh lực bền bỉ. Khả năng tồn tại bền bỉ đòi hỏi phải có sự đóng góp nguyên bản. Giấu mình cũng không cứu được người phù hợp và bình thường khỏi bệnh tật, sự điên loạn, cái chết và thuế. Và giấu mình khỏi người khác cũng đồng nghĩa với che đậy tiềm năng khỏi bản thể chưa được biết đến của nó. Và đó chính là vấn đề.

Nếu không hé lộ bản thân với người khác, bạn sẽ không thể hé lộ với chính mình. Điều đó không chỉ đồng nghĩa rằng bạn đang đè nén chính mình (mặc dù nó cũng có nghĩa như thế). Nó có nghĩa bạn sẽ không bao giờ có nhu cầu thúc đẩy mình trở thành người mà bạn có thể trở thành. Đây là một chân lý trong sinh học, cũng như trong nhận thức. Khi mạo hiểm khám phá, khi tự nguyện đối diện với cái chưa biết, là bạn đang thu thập thông tin và xây dựng một bản thể được làm mới từ những thông tin ấy. Đây là một yếu tố nhận thức. Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu vừa phát hiện ra rằng các gien mới trong hệ thần kinh trung ương sẽ tự kích hoạt khi một cơ thể được đặt (hoặc tự đặt nó) vào một tình huống mới. Các gien mới này sẽ mã hóa nên các protein mới. Các protein này là những khối gạch xây của các cấu trúc não mới. Điều này đồng nghĩa rất nhiều phần trong cơ thể bạn vẫn đang hình thành - theo lẽ tự nhiên nhất - và sẽ không thể tồn tại nếu bị ngưng trệ. Bạn phải nói điều gì đó, đi đâu đó và hành động để kích hoạt chúng. Nếu không… bạn sẽ mãi chưa hoàn thiện, còn cuộc sống lại quá gian nan với ai chưa hoàn thiện.

Nếu bạn nói "không" với ông chủ, với bạn đời hoặc với mẹ bạn khi cần phải nói ra, thì sau đó, bạn sẽ biến mình thành một người có thể nói *không* mỗi khi cần. Nhưng nếu bạn nói "có" lúc chẳng cần phải nói, thì

bạn sẽ biến mình thành một người chỉ có thể nói "có", ngay cả khi rõ là phải nói "không". Nếu bạn từng tự hỏi làm sao một người hoàn toàn bình thường, tử tế lại nhận thấy mình làm những điều khủng khiếp như các lính gác trại cải tạo lao động từng làm giờ bạn đã có câu trả lời cho mình. Vì đến lúc thực sự cần phải nói *không* thì lại chẳng nói được.

Nếu bạn phản bội chính mình, nếu bạn nói những điều không đúng sự thật, nếu bạn giả dối, thì bạn chỉ làm tổn hại nhân cách của mình mà thôi. Và nếu bạn có một nhân cách yếu kém, thì nghịch cảnh chắc chắn sẽ hạ gục bạn ngay khi nó xuất hiện. Bạn sẽ trốn tránh, nhưng rồi sẽ chẳng còn chỗ nào cho bạn trốn cả. Và rồi bạn sẽ nhận thấy mình đang làm những điều tồi tệ.

Chỉ có thứ triết lý vô vọng, yếm thế nhất mới nhấn mạnh rằng ta có thể cải thiện thực tại bằng sự xuyên tạc. Triết lý đó đánh đồng Hữu thể với thứ bạn trở thành, và đều cho rằng chúng còn thiếu sót. Nó tố cáo rằng sự thật là không đủ và người thành thật sẽ bị lừa dối. Đó là thứ triết lý vừa thể hiện, vừa bào chữa cho sự suy đồi đặc hữu của thế giới.

Nó không phải một tầm nhìn, cũng không phải một kế hoạch được vạch ra để đạt được tầm nhìn đó, mà là lỗi lầm trong những trường hợp như thế. Một tầm nhìn trong tương lai, thứ tương lai đáng mong đợi, là điều cần thiết. Tầm nhìn đó liên kết hành động được thực hiện ngay lúc này với các giá trị quan trọng, lâu dài và căn bản. Nó mang đến cho hành động trong hiện tại ý nghĩa và tầm quan trọng. Nó mang đến một khuôn khổ làm giảm sự không chắc chắn và nỗi lo âu.

Nó không phải là một tầm nhìn, mà là sự cố ý mù quáng. Đó là sự dối trá tồi tệ nhất. Nó xảo quyệt. Nó lợi dụng những cách hợp lý hóa dễ dàng. Cố ý mù quáng nghĩa là không chịu biết đến điều gì đó mà đáng ra ta có

thể biết đến. Nghĩa là không chịu thừa nhận rằng tiếng gõ cửa đồng nghĩa với việc có ai đó đang đứng trước cửa. Nghĩa là không chịu thừa nhận có một con khỉ đột 360 cân trong phòng, một con voi dưới tấm thảm hay bộ xương khô trong tủ quần áo. Nghĩa là không chịu thừa nhận sai sót khi đang theo đuổi một kế hoạch. Trò chơi nào cũng đều có quy luật. Có một số quy luật quan trọng nhất lại ngầm ẩn. Bạn chấp nhận chúng đơn giản bằng cách quyết định chơi. Quy luật đầu tiên là cuộc chơi ấy rất quan trọng. Vì nếu nó không quan trọng, bạn đã không chơi làm gì. Chơi một trò chơi chính là xác định cuộc chơi đó quan trọng. Quy luật thứ hai là: Các nước đi được thực hiện trong suốt trò chơi là hợp cách nếu chúng giúp bạn giành chiến thắng. Nếu bạn thực hiện một nước đi và nó không giúp bạn giành chiến thắng, thì chiếu theo định nghĩa, đó là một nước đi tồi. Bạn cần thử một nước khác. Bạn nhớ lại một câu đùa cũ: Điên rồ nghĩa là lặp lại một việc hết lần này đến lần khác nhưng lại kỳ vọng kết quả sẽ khác đi.

Nếu bạn may mắn thất bại rồi thử điều gì đó mới mẻ, bạn sẽ tiến về phía trước. Nếu việc đó không hiệu quả, bạn sẽ lại tiếp tục thử một cách khác. Một sự điều chỉnh nhỏ cũng là đủ trong hoàn cảnh may mắn. Vì thế, sẽ là khôn ngoan nếu ta bắt đầu với những thay đổi nhỏ rồi xem thử chúng có hữu ích hay không. Nhưng đôi khi, toàn bộ hệ thống phân cấp giá trị bị lỗi và bạn phải từ bỏ toàn bộ kiến trúc của nó. Toàn bộ cuộc chơi phải được thay đổi. Đó là một cuộc cách mạng, với tất cả sự hỗn loạn và nỗi kinh hoàng. Nó không phải là thứ gì đó để bạn nhẹ nhàng tham gia, nhưng đôi khi lại cần thiết. Sai lầm đòi hỏi sự hy sinh để sửa chữa, và sai lầm nghiêm trọng thì đòi hỏi sự hy sinh to lớn. Chấp nhận sự thật đồng nghĩa với hy sinh - và nếu bạn đã chối bỏ sự thật trong một thời gian dài, nghĩa

là bạn đang tích dần một khoản nợ hy sinh lớn vô cùng nguy hại. Những trận cháy rừng đã thiêu trụi cây chết và trả lại những nguyên tố bị mắc kẹt cho đất đai. Nhưng đôi lúc các đám cháy bị sức người trấn áp. Nhưng điều đó không ngăn được cây chết cứ tích dần. Dù sớm hay muộn, ngọn lửa cũng sẽ bùng lên. Khi ấy, nó sẽ cháy nóng đến nỗi mọi thứ sẽ bị phá hủy - ngay cả mảnh đất màu nơi khu rừng mọc lên.

Một bộ óc tự phụ, duy lý, quen với sự chắc chắn và mê đắm sự xuất chúng của chính nó sẽ dễ dàng bị cám dỗ để phớt lờ lỗi sai, cũng như quét giấu bụi bẩn vào dưới thảm. Trường phái triết học văn chương hiện sinh, bắt đầu với Sơren Kierkegaard[51], đã gọi trạng thái này của Hữu thể này là "giả tạo". Một kẻ giả tạo sẽ tiếp tục nhận định và hành động theo cách mà kinh nghiệm của anh ta đã chứng minh là sai. Anh ta không nói thật lời mình.

"Điều mình muốn có xảy ra không? Không! Như vậy mục tiêu của mình hoặc các phương pháp của mình đã sai. Tôi vẫn còn phải học hỏi thêm gì đó", đây là giọng nói của sự chân thành.

"Điều mình muốn có xảy ra không? Không. Vậy là thế giới này không công bằng. Mọi người ghen tỵ với mình và quá ngu ngốc để hiểu được. Đây là lỗi của một điều gì đó hoặc của ai đó khác", đó là giọng nói của sự giả tạo. Chẳng mấy chốc mà sẽ đến mức "mình phải ngăn chúng lại", "mình phải làm chúng bị tổn thương" hoặc "mình phải tiêu diệt chúng". Mỗi khi bạn nghe đến điều gì đó tàn bạo không thể hiểu nổi, thì những ý niệm như trên sẽ tự hiển lộ.

Ta không thể quy điều này cho sự vô thức hoặc sự đè nén. Khi một cá nhân nói dối, anh ta thừa biết điều đó. Anh ta có thể cố ý mù quáng trước những hậu quả từ hành động của mình. Có lẽ anh ta không thể phân tích và

diễn giải quá khứ của mình, để rồi không hiểu nổi nó. Thậm chí anh ta có thể quên rằng mình đã nói dối và vô thức trước sự thật ấy. Nhưng ngay lúc này đây, anh ta có ý thức trong quá trình phạm từng sai sót một, cũng như trong việc rũ bỏ từng trách nhiệm. Vào thời khắc ấy, anh biết mình đang làm gì. Và tội lỗi của kẻ giả tạo này sẽ hợp lại và làm lũng đoạn cả một quốc gia.

Kẻ thèm khát quyền lực sẽ tạo ra một quy luật mới tại nơi làm việc của bạn. Việc này không cần thiết. Nó phản tác dụng. Nó khiến người khác bứt rứt. Nó loại đi niềm vui và ý nghĩa trong công việc. Nhưng bạn vẫn tự nhủ rằng mọi thứ đều ổn. Điều đó không đáng phàn nàn. Rồi chuyện ấy lại tái diễn. Nhưng bạn đã rèn luyện bản thân cho phép những điều như thế xảy ra bằng cách không phản ứng ngay ở lần đầu tiên. Bạn có chút thiếu can đảm. Đối thủ của bạn, do không bị chống đối, sẽ mạnh lên đôi chút. Tổ chức lại suy đồi thêm đôi chút. Quá trình trì trệ và chèn ép quan liêu đang diễn ra, và bạn đã dự phần vào đó bằng cách giả vờ rằng mọi thứ đều ổn. Sao bạn không khiếu nại? Sao không đứng lên? Nếu bạn làm thế thì những người khác - vốn cũng sợ lên tiếng không kém - có thể đến bảo vệ bạn. Và nếu không thì có lẽ đã đến lúc làm "cách mạng". Có lẽ bạn nên tìm một công việc ở đâu đó khác, nơi tâm hồn bạn ít gặp nguy vì sự suy đồi hơn.

> *Vì người nào có được cả thiên hạ mà mất đi linh hồn mình, thì phỏng có ích gì? (Mác 8:36)*

Viktor Frankl, nhà phân tâm học và cũng là người sống sót trong trại tập trung của Quốc xã, tác giả cuốn *Man's Search for Meaning* (tựa tiếng Việt: *Đi tìm lẽ sống),* đã rút ra kết luận tương tự về mặt tâm lý xã hội: *Sự tồn tại cá nhân lọc lừa và giả tạo chính là tiền thân của chủ nghĩa xã hội toàn trị. về* phần mình, Sigmund Freud cũng cho rằng "sự đàn áp" đã góp

phần đáng kể cho sự phát triển của bệnh tâm thần (và sự khác biệt giữa đàn áp sự thật với lời dối trá là ở mức độ, chứ không phải phải loại hình). Alfred Adler biết rằng chính những lời nói dối đã gây ra bệnh tật. C.G. Jung biết rằng chính những vấn đề đạo đức đã đày đọa bệnh nhân của ông và tất cả những vấn đề ấy đều do sự giả dối gây ra. Tất cả những nhà tư tưởng trên, tất cả những người tập trung mối quan tâm đến biểu hiện bệnh lý ở cá nhân lẫn văn hóa, đều đi đến kết luận tương tự: Những lời dối trá đã bẻ cong cấu trúc của Hữu thể. Sự giả dối làm thoái hóa tâm hồn cũng như nhà nước và hình thức tha hóa này lại nuôi dưỡng hình thức tha hóa kia.

Tôi đã liên tục quan sát thấy sự biến đổi từ nỗi khổ đau tồn tại đơn thuần thành Địa Ngục đích thực của sự phản bội và lọc lừa. Ví dụ, cuộc khủng hoảng được kiểm soát vừa vặn từ căn bệnh nan y của bậc cha mẹ có thể biên đổi thành một sự diễn tả còn kinh khiếp hơn bởi những đứa con trưởng thành của người cha, người mẹ mắc bệnh - vì họ cứ tranh cãi về những chuyên lặt vặt không đáng. Do bị ám ảnh bởi quá khứ chưa được giải quyết, họ tụ tập quanh giường bệnh như những con ma cà rồng bên giường người chết, đẩy thảm kịch đi vào một cuộc chần chừ vô nhân đạo bằng sự hèn nhát và nỗi oán giận.

Sự bất lực của cậu con trai trong việc tự lập vươn lên sẽ bị người mẹ lợi dụng, bởi bà cứ cúi mình che chắn cho con tránh khỏi mọi điều tuyệt vọng và đau đớn. Cậu bé sẽ không bao giờ rời vòng tay mẹ và người mẹ sẽ không bao giờ cô độc. Đó là một âm mưu xấu xa, được nung nấu dần dần như một biểu hiện bệnh lý lộ ra bởi hàng nghìn cái nháy mắt và gật đầu ra vẻ đã hiểu. Người mẹ sắm vai một kẻ tử vì đạo, phải nai lưng chăm lo cho đứa con trai và gom nhặt sự thương cảm từ bạn bè trợ giúp để nuôi dưỡng

mình, như một con ma cà rồng. Còn cậu con trai thì cứ nhốt mình trong tầng hầm, tưởng tượng mình đang bị áp bức. Cậu mơ mộng với niềm vui của sự tàn phá mà cậu sẽ trút lên thế giới, một thế giới đã chối bỏ cậu vì cậu hèn nhát, vụng về và bất lực. Và đôi khi cậu ta còn trút giận lên chính sự tàn phá đó. Và mọi người hỏi: "Vì sao?" Họ có thể hiểu được, nhưng họ không chịu hiểu.

Tất nhiên, ngay cả những cuộc sống tốt đẹp cũng có thể bị bẻ cong, bị tổn thương và bị bóp méo bởi bệnh tật, sự yếu đuối và những tai ương không kiểm soát được. Giống như ung thư, bệnh trầm cảm, rối loạn lưỡng cực và tâm thần phân liệt đều liên quan đến các yếu tố sinh học vượt ngoài sự kiểm soát tức thời của mỗi cá nhân. Nhưng khó khăn nội tại của bản thân cuộc sống cũng đủ làm suy yêu và áp chế mỗi chúng ta, đẩy chúng ta vượt quá giới hạn và bẻ gẫy chủng ta ngay khi ta yếu đuối nhất. Ngay cả cuộc sống tốt đẹp nhất cũng không mang lại sự bảo vệ tuyệt đối khỏi tính dễ tổn thương. Nhưng một gia đình gây gổ với nhau trong đống tàn tích từ tổ ấm của họ - bị tàn phá sau cơn động đất - sẽ ít có khả năng gầy dựng lại hơn so với một gia đình được củng cố sức mạnh bởi sự tin tưởng và dâng hiến dành cho nhau. Bất kỳ sự yếu đuối tự nhiên hay thách thức nào đối với sự tồn tại, dù nhỏ bé đến đâu, cũng có thể được khuếch đại thành một cuộc khủng hoảng nghiêm trọng, với đủ sự lọc lừa trong từng cá nhân, gia đình hay cả nền văn hóa.

Tinh thần của con người chân thật có thể liên tục sa sút trong nỗ lực đưa Thiên Đường về Trần thế. Tuy nhiên, nó có thể tìm cách giảm thiểu nỗi khổ đau hiện hữu trong sự tồn tại đến ngưỡng chịu đựng được. Bi kịch của Hữu thể là hậu quả từ những hạn chế của chúng ta và tính dễ tổn thương định nghĩa nên trải nghiệm của con người. Thậm chí nó có thể là

cái giá mà chúng ta phải trả cho Hữu thể - vì sự tồn tại tất yếu phải bị giới hạn.

Tôi đã từng chứng kiến một người chồng chân thành và dũng cảm thích nghi với căn bệnh suy giảm trí nhớ giai đoạn cuối của vợ mình. Anh từng bước thực hiện những điều chỉnh cần thiết. Anh sẵn sàng nhận sự giúp đỡ khi cần. Anh chấp nhận sự suy sụp u buồn của vợ mình, và từ đó đã thích nghi một cách hài hòa. Tôi đã chứng kiến gia đình của người phụ nữ này cùng tụ họp lại nhằm hỗ trợ và giúp nhau chịu đựng khi cô ấy đang hấp hối và tạo được những mối liên hệ mới mẻ với nhau - anh chị em, cháu và cha - như một phần bù đắp đúng nghĩa cho mất mát của họ. Tôi đã chứng kiến cô con gái vị thành niên của mình mạnh mẽ vượt qua nỗi đau đớn do bị hoại tử ở hông và mắt cá chân; và sống sót qua hai năm dài liên tục chịu đựng đau đớn dữ dội, nhưng tinh thần của con bé vẫn không suy chuyển. Tôi đã chứng kiến em trai của con bé tự nguyện hy sinh rất nhiều cơ hội kết bạn hay hoạt động xã hội để ở bên chị mình và chúng tôi mà không hề oán giận, khi con bé chiến đấu với cơn đau. Với tình yêu, sự động viên và bản tính kiên định, con người có thể kiên cường hơn họ có thể tưởng tượng. Nhưng thứ chúng ta không thể sinh ra chính là tàn tích đích thực của bi kịch và sự lừa dối.

Khả năng lừa gạt, thao túng, bày mưu, lươn lẹo, giả tạo, xem thường, dẫn lạc lối, phản bội, lập lờ, phủ nhận, ngó lơ, hợp lý hóa, thiên vị, phóng đại và che đậy của bộ óc duy lý là vô hạn và cực kỳ ấn tượng, đến mức hàng thế kỷ tư duy thời tiền khoa học đã xem đó là trò quỷ ám tích cực, khi chỉ tập trung làm rõ bản chất của nỗ lực đạo đức. Nguyên nhân không phải do sự duy lý - mà nó chỉ là quy trình. Quy trình ấy có thể tạo nên sự minh bạch và tiến bộ. Nguyên nhân là sự duy lý phụ thuộc vào một cám dỗ

tồi tệ duy nhất - để nâng cao cái mà nó biết đến trạng thái tuyệt đối.

Một lần nữa, chúng ta quay lại với thi sĩ vĩ đại John Milton để làm rõ xem điều này có ý nghĩa gì. Qua hàng nghìn năm lịch sử, thế giới phương Tây đã ấp ủ một ảo tưởng tốt đẹp về bản chất của cái ác tồn tại quanh cốt lõi trung tâm của tôn giáo. Ảo tưởng ấy có một nhân vật chính, một tính cách đối kháng, tuyệt đối hiến thân cho sự tha hóa của Hữu thể. Milton đã tự sắp xếp, biên soạn và diễn giải đặc tính căn bản của giấc mơ chung này, rồi ban cho cho nó sự sống trong hình hài của quỷ Satan - Lucifer, "kẻ mang ánh sáng". Ông viết về sự cám dỗ nguyên sơ của Lucifer và những hậu quả trực tiếp của nó như sau:

Hắn tin mình đã bằng với Đấng Tối cao
Nếu hắn chống trả; với mục tiêu đầy tham vọng
Chống lại Ngai vàng và Vương quyền của Thượng Đế
Dấy Chiến tranh vô đạo nơi Thiên Đường kiêu hãnh
Nhưng nỗ lực vô ích. Ngài là Đấng Toàn Năng
Phóng hắn cháy rực xuống trần từ bầu Thiên Thanh
Vôi thân tàn gớm ghiếc thiêu trong lửa đỏ
Đến cõi âm vô đáy, nơi hắn cong oằn
Giữa Gông cùm Bất diệt và Hỏa ngục nghiêm răn…

Trong mắt Milton, Lucifer - linh hồn của lý lẽ - là thiên thần vi diệu nhất được Thượng Đế tạo ra từ hư không. Ta có thể "đọc" được điều này về mặt tâm lý. Lý lẽ là một điều gì đó đang tồn tại. Nó sống trong tất cả chúng ta. Nó cổ xưa hơn bất kỳ ai. Nó được hiểu rõ như một tính cách, chứ không phải là tài năng. Nó có những mục tiêu, cám dỗ và nhược điểm riêng. Nó bay cao hơn và nhìn xa hơn bất kỳ linh hồn nào. Nhưng lý trí đã

sa vào lưới tình với nó, và ngày càng trầm trọng hơn. Nó đem lòng yêu mến những thứ nó tạo ra. Nó nâng chúng lên và tôn thờ chúng như những điều tuyệt đối. Thế nên, Lucifer được xem là linh hồn của chủ nghĩa toàn trị. Hắn bị ném khỏi Thiên Đường xuống Địa Ngục vì sự trèo cao ấy, vì dám chống tại Đấng Tối cao và Bất tường tận, tạo nên Địa Ngục như một điều tất yếu.

Xin nhắc lại: Chính những cám dỗ ghê gớm nhất của khả năng duy lý nhằm tôn vinh năng lực của chính nó, cũng như những thứ nó tạo ra, và tuyên bố rằng diện mạo của các học thuyết của nó không có gì siêu việt hoặc vượt ra ngoài địa hạt của sự tồn tại. Điều này có nghĩa mọi sự kiện quan trọng đều đã được khám phá. Điều này đồng nghĩa chẳng còn gì quan trọng mà ta chưa biết. Nhưng quan trọng nhất là nó đồng nghĩa với sự phủ nhận nhu cầu can đảm đối diện với Hữu thể của mỗi cá nhân. Điều gì sẽ cứu rỗi bạn? Về cơ bản, kẻ chuyên chế sẽ nói: "Anh phải trông cậy vào lòng tin về những gì anh đã biết." Nhưng đó lại không phải là điều sẽ cứu rỗi bạn. *Điều cứu rỗi bạn chính là sự sẵn lòng học hỏi từ những điều bạn chưa biết*. Đó là lòng tin vào khả năng biến đổi của con người. Đó là lòng tin vào sự hy sinh bản thể hiện tại để đổi lấy bản thể mà ta có thể trở thành. Còn kẻ chuyên chế sẽ phủ nhận nhu cầu đón nhận trách nhiệm cuối cùng đối với Hữu thể của cá nhân.

Sự chối bỏ ấy là ý nghĩa của cuộc nổi dậy chống lại "Đấng Tối cao". Đó là những gì mà *kẻ chuyên* chế muốn nói: Mọi thứ cần khám phá đều đã được khám phá. Mọi thứ sẽ lật mở chính xác như dự tính. Mọi vấn đề sẽ biến mất mãi mãi một khi hệ thống hoàn hảo được chấp nhận. Bài thơ tuyệt vời của Milton là một lời tiên tri. Khi tính duy lý thăng hoa từ đống tro tàn của Ki-tô giáo, thì mối đe dọa to lớn của hệ thống toàn thể sẽ đi

cùng nó. Đặc biệt, chủ nghĩa cộng sản không quá hấp dẫn đối với giai cấp công nhân bị áp bức, những người hưởng lợi trên lý thuyết của nó, mà lại thu hút giai cấp trí thức - những kẻ kiêu căng tự phụ về trí tuệ của mình và luôn cho rằng mình đúng. Những người dân tại các quốc gia này bị buộc phải phản bội lại chính trải nghiệm của họ, quay lưng lại đồng bào của họ và bỏ lại đến hàng chục triệu sinh mạng.

Có một câu chuyện cười thời Xô-viết cũ. Một người Mỹ chết và xuống Địa Ngục. Quỷ Satan cho anh ta thấy mọi thứ xung quanh. Hai người đi qua một cái vạc lớn và người Mỹ nhòm vào. Nó chứa đầy những linh hồn khốn khổ bị thiêu đốt trong lửa dữ. Khi họ vật lộn leo ra khỏi vạc, thì bọn quỷ lâu la ngồi trên thành vạc lại dùng chĩa ba hất họ xuống. Anh chàng người Mỹ thực sự bị sốc. Satan nói tiếp: "Đó là nơi chúng tôi dành cho những gã người Anh tội lỗi." Cuộc hành trình tiếp tục. Chẳng mấy chốc, cả hai tiến đến chiếc vạc thứ hai. Nó lớn hơn một chút và cũng nóng hơn một chút. Người Mỹ lại nhòm vào. Nó chứa đầy những linh hồn khốn khổ đội mũ nồi. Bầy quỷ cũng đang dùng chĩa ba đâm những kẻ muốn thoát khỏi vạc. "Đó là nơi chúng tôi dành cho những gã người Pháp tội lỗi", Satan nói. Xa xa đằng kia là chiếc vạc thứ ba. Nó lớn hơn rất nhiều, nóng đến mức sáng rực. Anh chàng người Mỹ hầu như không thể đến gần. Tuy nhiên, vì Satan cứ khăng khăng, nên anh ta đã tiến đến và nhòm vào. Nó chứa đầy những linh hồn mà anh hầu như không thấy được bên dưới mặt chất lỏng đang sôi sục. Tuy nhiên, đôi lúc cũng có vài kẻ leo được ra thành và tuyệt vọng rướn lên mép vạc. Kỳ lạ thay, không có con quỷ nào ngồi trên mép chiếc vạc khổng lồ này, nhưng kẻ leo ra vẫn biến mất bên dưới mặt chất lỏng. Người Mỹ hỏi: "Tại sao không có con quỷ ngăn mọi người trốn thoát?" Satan đáp: "Đây là nơi chúng tôi dành cho lũ

người Nga. Nếu có kẻ nào đó cố thoát ra, thì những kẻ khác sẽ kéo hắn xuống lại."

Milton tin rằng sự cố chấp từ chối thay đổi khi đối mặt với sai lầm không chỉ đồng nghĩa rằng ta bị đày khỏi Thiên Đường, và tiếp đến dần sa xuống Địa Ngục sâu thẳm, mà còn đồng nghĩa với sự khước từ cứu chuộc. Satan biết rõ rằng ngay cả khi hắn sẵn lòng tìm kiếm sự hòa giải và Thượng Đế sẵn sàng chấp nhận, thì hắn cũng sẽ nổi loạn một lần nữa, vì ý chí của hắn không thay đổi. Có lẽ chính sự ngang bướng tự phụ này đã cấu thành tội lỗi huyền bí, không thể tha thứ là chống lại Thánh Linh:

… Chia tay Fields thân mến
Nơi mà Niềm vui hằng tồn tại:
Vinh danh nỗi kinh hoàng; triệu hồi chốn âm ty
Và ngươi sẽ sa chân vào Địa Ngục sâu thẳm
Để gặp chủ nhân mới của ngươi:
Kẻ mang tâm trí chẳng chuyển dời với Thời-Không.

Đây không phải là ảo tưởng về kiếp sau. Đây chốn ương ngạnh của trò tra tấn kẻ thù chính trị sau khi đã chấm dứt sự tồn tại. Đây là một ý niệm trừu tượng và sự trừu tượng thường chân thực hơn những gì chúng đại diện. Quan niệm cho rằng Địa Ngục tồn tại theo một hình thức siêu hình không chỉ có từ xưa và phổ biến; mà đó còn là sự thật. Địa Ngục là vĩnh cửu. Nó mãi luôn tồn tại. Nó tồn tại ngay lúc này. Nó là phần cằn cỗi nhất, vô vọng nhất và tàn ác nhất của thế giới ngầm hỗn loạn, nơi những kẻ tuyệt vọng và oán hận mãi trú ở đó.

Tâm ở chốn riêng của nó và trong chính nó
Có thể tạo ra Thiên Đường nơi Địa Ngục,

Cũng như Địa Ngục nơi Thiên Đường.

…

Ở đây ta có thể vững lòng cai trị

Và trong sự lựa chọn của ta, trị vì là tham vọng xứng đáng

Dẫu cho có ở Âm ty:

Thà làm vua nơi Địa phủ, còn hơn tôi tớ chốn Thiên Đường.

Những người đã dối trá đủ nhiều trong lời nói và hành động giờ sẽ sống tại đó, trong Địa Ngục. Hãy dạo bước xuống bất kỳ con phố đô thị nhộn nhịp nào. Hãy mở to mắt và chú ý xung quanh. Bạn sẽ thấy những người hiện đang ở đó. Đó là những kẻ mà ta luôn tránh xa theo bản năng. Đó là những kẻ sẽ lập tức nổi đóa nếu ta liếc mắt nhìn họ, tuy đôi khi họ sẽ quay đi trong sự xấu hổ. Tôi đã trông thấy một người nghiện rượu tàn tạ thê thảm đã cư xử như thế trước sự hiện diện của cô con gái nhỏ của tôi. Trên tất thảy, anh ta không muốn nhìn thấy tình trạng thảm hại của mình được phản chiếu rành rành trong mắt con bé.

Chính sự lọc lừa đã khiến con người khốn khổ quá mức họ có thể chịu đựng. Chính sự lọc lừa đã khiến linh hồn con người chất đầy oán thán và thù hận. Chính sự lọc lừa đã tạo ra cảnh đau khổ khủng khiếp cho nhân loại: những lò thiêu của Quốc xã. Chính sự lọc lừa đã giết chết hàng trăm triệu người trong thế kỷ XX. Chính sự lọc lừa mà nền văn minh đã suýt tự hủy diệt. Sự lọc lừa vẫn còn đe dọa chúng ta, một cách ráo riết nhất trong thời buổi này.

THÀ HÃY NÓI SỰ THẬT

Ngược lại, điều gì sẽ xảy ra nếu chúng ta không nói dối nữa? Điều này

có ý nghĩa gì? Xét cho cùng, chúng ta vẫn bị giới hạn về vốn hiểu biết. Dù cho không bao giờ nhận biết được chắc chắn các phương tiện và mục tiêu đúng đắn nhất, ta vẫn phải đưa ra quyết định của mình, ngay tại đây và ngay lúc này. Một mục đích, một tham vọng sẽ đem đến cấu trúc cần thiết cho hành động. Mục đích mang lại điểm đến, một điểm đối lập với hiện tại, cùng một khuôn khổ để ta đánh giá mọi thứ. Mục đích định nghĩa sự tiến bộ và khiến cho sự tiến bộ ấy trở nên thú vị. Mục đích làm giảm nỗi âu lo, bởi nếu ta không nhắm đến điều gì, thì mọi thứ đều sẽ trở nên có nghĩa hoặc vô nghĩa. Và cả hai lựa chọn này đều không hợp với một tâm hồn yên bình. Do đó, chúng ta phải suy nghĩ, lên kế hoạch, tiết chế và ấn định lại để tồn tại. Vậy làm sao chúng ta hình dung ra tương lai và vạch ra định hướng cho bản thân, mà không trở thành mồi ngon cho sức cám dỗ của trạng thái chắc chắn mà độc đoán?

Sự trông cậy nào đó vào truyền thống có thể giúp ta đặt ra các mục tiêu của mình. Thật hợp lý khi làm những việc mà người khác luôn làm, trừ khi chúng ta có một lý do vô cùng thỏa đáng để không làm theo. Thật hợp lý khi trở thành người có học vấn, làm việc, tìm kiếm tình yêu và có một gia đình. Đó là cách văn hóa tự nó duy trì. Nhưng dù có theo truyền thống chăng nữa, thì bạn vẫn phải nhắm đến mục đích của mình với đôi mắt mở to. Bạn đã có định hướng, nhưng nó cũng có thể sai. Bạn có một kế hoạch, nhưng hình như nó vẫn còn mông lung. Bạn có thể đã lạc lối bởi chính sự ngờ nghệch của mình - và tệ hơn nữa là do chính sự suy đồi còn chưa hé lộ của chính bạn. Vì thế, hãy làm quen với những điều bạn chưa biết thay vì những điều đã biết. Bạn phải loại bỏ ánh sáng lóa trong mắt mình trước khi bận tâm đến hạt bụi trong mắt em trai. Bằng cách này, bạn sẽ củng cố tinh thần của mình để nó có thể chịu được gánh nặng của sự tồn tại, và bạn

sẽ giữ cho trạng thái của mình luôn tươi trẻ.

Người Ai Cập cổ đại đã nhận ra điều này từ hàng nghìn năm trước, cho dù hiểu biết của họ được biểu hiện qua hình thức cường điệu. Họ tôn thờ thần Osiris, thủy tổ trong truyền thuyết và cũng là vị thần của truyền thống. Tuy vậy, thần Osiris lại quá yếu đuối nên dễ dàng bị thần Set, người em trai mưu mô, tàn ác của thần, lật đổ và đày xuống cõi âm. Người Ai Cập đã mượn câu chuyện này để diễn đạt một sự thật rằng theo thời gian, các tổ chức xã hội sẽ trở nên cứng nhắc và có khuynh hướng cố ý mù quáng. Osisris không nhận ra bản chất thật của em trai mình, dù rằng đáng ra thần có thể làm thế. Set đã đợi đến thời điểm chín muồi nhất để tấn công Orisis. Set đã chặt xác Osiris thành từng mảnh và rải khắp vương quốc. Set đày linh hồn anh trai mình xuống cõi âm, khiến cho Orisis rất khó trỗi dậy và hồi sinh.

May mắn thay, vị vua vĩ đại này không phải đơn độc chống chọi với Set. Người Ai Cập còn thờ phụng thần Horus, con trai của Osiris. Horus mang hình dạng một vị thần mình người đầu chim ưng, loài chim có tầm nhìn tinh anh nhất muôn loài, với độc nhất một con mắt tượng hình trứ danh của người Ai Cập (như đã ám chỉ trong quy luật 7). Osiris là truyền thống, già nua và cố ý mù quáng. Horus, ngược lại với cha mình, là thần thấu tỏ. Horus là vị thần của sự chú tâm. Và điều đó không giống với sự duy lý. Vì đã để tâm chú ý, nên Horus nhận thức được và giành chiến thắng trước sự độc ác của Set, chú của thần, tuy cái giá phải trả là rất đắt. Khi Horus đối đầu với Set, cả hai đã có một trận chiến khốc liệt. Trước khi Set bị đánh bại và trục xuất ra khỏi vương quốc, hắn đã kịp tước đi một con mắt của cháu mình. Nhưng cuối cùng, Horus đã lấy lại được con mắt đó trong khúc khải hoàn. Thần đã làm một điều thực sự bất ngờ: *Thần*

thân chinh xuống cõi âm và trao con mắt cho cha mình.

Điều này có ý nghĩa gì? Đầu tiên, chỉ cuộc chạm trán với cái ác và sự quỷ quyệt cũng đủ kinh khiếp để phá vỡ tầm nhìn của cả một vị thần; thứ hai, *là sự lưu tâm của người con trai đã khôi phục được tầm nhìn của người cha*. Văn hóa luôn ở trong trạng thái "sắp suy tàn", dù cho nó đã được hình thành bởi tinh thần của những bậc vĩ nhân trong quá khứ. Nhưng hiện tại không phải là quá khứ. Nên trí tuệ uyên thâm của quá khứ bị suy mòn dần, hoặc trở nên lỗi thời, tỷ lệ thuận với những khác biệt thực sự giữa hoàn cảnh của hiện tại với quá khứ. Đó là hệ quả đơn thuần của hành trình thời gian, cùng với sự thay đổi mà hành trình ấy đem lại. Nhưng cũng có lúc văn hóa và trí tuệ uyên thâm của nó dễ bị mục nát hơn - trước sự mù quáng cố ý, tự nguyện và mưu đồ nham hiểm. Thế nên, sự suy giảm chức năng không thể tránh khỏi của những thể chế mà tổ tiên đã để lại cho chúng ta cứ bị thúc đẩy bởi hành vi sai trái và lạc lối của ta - sự thiếu vắng dấu ấn của ta - trong hiện tại.

Trách nhiệm của chúng ta là can đảm nhìn rõ những gì được bày ra trước mắt, học hỏi từ nó dù cho nó có vẻ đáng sợ - hay cả khi nỗi kinh hoàng vì chứng kiến nó làm tổn hại ý thức và khiến ta mù lòa. Hành động nhìn rõ vô cùng quan trọng vì nó thách thức những gì chúng ta biết và trông cậy vào, từ đó khiến ta buồn bực và bấp bênh. Hành động nhìn rõ cung cấp thông tin cho cá nhân và cập nhật cho trạng thái. Vì lẽ đó mà Niettzsche từng nói rằng giá trị của một con người được quyết định bởi bao nhiêu sự thật mà người ấy có thể chịu được. Bạn không hẳn là những gì bạn đã biết. Bạn còn là những gì bạn có thể biết, nếu bạn muốn. Nên, tốt hơn bạn đừng bao giờ hy sinh những gì bạn có thể biết vì chính bạn ở hiện tại. Bạn đừng bao giờ từ bỏ cái tốt đẹp hơn còn ẩn sâu bên trong vì sự

an toàn mà bạn đã có - và chắc chắn không phải khi bạn chỉ nhìn thoáng qua, một cái nhìn thoáng không thể phủ nhận trước điều gì đó cao xa hơn.

Trong truyền thống Ki-tô giáo, Chúa Giê-su được xác định bởi Ngôi Lời. Ngôi Lời tức là Lời Chúa. Lời ấy đã biến hỗn loạn thành trật tự ngay từ thuở sơ khai. Dưới hình dáng loài người, Người đã hy sinh bản thân vì chân lý, vì cái thiện và vì Thượng Đế. Hệ quả là Người đã chết và được tái sinh. Thánh Ngôn tạo dựng nên trật tự từ Hỗn loạn bằng cách hy sinh mọi thứ, kể cả chính nó, cho Thượng Đế. Chỉ một câu nói này, vốn uyên thâm vượt quá tầm hiểu biết, đã tóm lược Ki-tô giáo. Mỗi chút học hỏi là điều gì đó chết đi một ít. Mỗi chút thông tin mới lại thách thức quan niệm trước đó, buộc nó phải tan biến trong hỗn loạn trước khi tái sinh thành thứ gì đó tốt đẹp hơn. Đôi khi những cái chết như thế sẽ gần như tiêu diệt chúng ta. Khi ấy, chúng ta có thể sẽ không bao giờ phục hồi lại được, hoặc sẽ thay đổi rất nhiều. Có lần, một người bạn tốt của tôi phát hiện ra người vợ mà ông chung sống mấy chục năm đang ngoại tình. Ông không hề thấy điều đó xảy đến. Nó khiến ông bị trầm cảm nặng và chẳng còn thiết sống. Có lúc ông bảo tôi rằng: "Tôi luôn nghĩ rằng những người khi bị trầm cảm tốt hơn nên rũ bỏ nó đi. Khi ấy tôi chẳng biết mình đang nói gì nữa." Cuối cùng, ông ấy cũng đứng dậy từ hố sâu. Bằng nhiêu cách mà giờ đây ông đã là một con người mới và có lẽ là một người sáng suốt hơn, tốt đẹp hơn. Ông giảm được hơn 20 cân. Ông tham gia chạy ma-ra-tông. Ông du lịch đến châu Phi và leo núi Kilimanjaro. Ông đã chọn tái sinh thay vì sa xuống Địa Ngục.

Hãy đặt ra tham vọng cho bản thân, ngay cả khi bạn chưa chắc chắn về điều đó nên là gì. Những tham vọng đẹp đẽ hơn rất cần cho sự phát triển tính cách và năng lực, thay vì quyền lực hay địa vị. Địa vị có thể bị mất đi.

Nhưng tính cách vẫn luôn đi theo bạn dù cho bất cứ đâu và nó cho phép bạn chiến thắng nghịch cảnh. Hãy nhớ lấy điều này, rồi buộc dây thừng vào tảng đá. Chọn lấy một phiến đá thật lớn và đặt nó trước mặt bạn, rồi tự kéo mình tiến về phía nó. Hãy nhìn và quan sát khi bạn đang tiến lên. Hãy diễn giải trải nghiệm của mình một cách rõ ràng và thận trọng hết sức có thể cho chính bản thân và cả người khác. Bằng cách này, bạn sẽ học được cách cố gắng hiệu quả hơn, năng suất hơn để đạt được mục tiêu của mình. Và khi đang làm điều này, hãy đừng nói dối. Đặc biệt là đừng nói dối chính bản thân mình.

Nếu như bạn chú tâm vào những điều mình làm và nói, bạn có thể học cách cảm nhận trạng thái phân ly và nhược điểm bên trong khi bạn cư xử không đúng mực và nói năng bất cẩn. Đó chỉ là cảm giác hiện thân chứ không phải suy nghĩ. Tôi trải qua cảm giác nội tâm của sự đắm chìm và phân ly hơn là sự vững chắc và mạnh mẽ, mỗi khi tôi khinh suất trong lời nói và hành động của mình. Dường như nó nằm đâu đó ngay giữa hệ thống dây thần kinh của tôi (đám rối dương), hay một nút dây thần kinh lớn. Thực ra, tôi đã học được cách nhận ra khi mình đang nói dối nhờ chú ý đến sự đắm chìm và phân ly, rồi luận ra sự hiện diện của lời nói dối. Tôi thường mất khá lâu để truy ra sự dối trá này. Đôi khi tôi nói dối về diện mạo của mình. Đôi khi tôi cố che giấu sự thiếu hiểu biết của mình về một chủ đề trước mắt. Đôi khi tôi cũng mượn lời người khác để tránh né trách nhiệm suy nghĩ của bản thân.

Nếu bạn chú tâm khi đang tìm kiếm điều gì đó, bạn sẽ tiến dần về phía mục tiêu của mình. Nhưng quan trọng hơn là bạn sẽ thu thập được những thông tin cho phép mục tiêu của bạn biến đổi. Một kẻ độc đoán không bao giờ hỏi: "Sẽ ra sao nếu như tham vọng hiện tại của mình là sai lầm?" Mà

thay vào đó, anh ta xem đó là Tuyệt đối. Nó trở thành Thượng Đế của anh ta, toàn tâm toàn ý. Nó cấu thành giá trị cao nhất của anh ta. Nó điều chỉnh cảm xúc và các trạng thái động lực, cũng như quyết định mọi suy nghĩ trong anh. Ai cũng phụng sự cho khát vọng của riêng mình. Vì lẽ đó, chẳng có ai vô thần cả. Chỉ có những người biết và không biết họ đang phụng sự vị Thượng Đế nào thôi.

Nếu bạn hoàn toàn bất chấp mọi thứ một cách mù quáng và ương ngạnh để hướng tới việc đạt được mục đích, và chỉ duy nhất mục đích ấy, thì bạn chẳng bao giờ có thể khám phá ra mục đích nào khác tốt đẹp hơn cho bạn và cả thế giới. Bạn sẽ phải đánh đổi điều này nếu không nói sự thật. Ngược lại, nếu bạn nói sự thật, thì các giá trị trong bạn sẽ dần chuyển hóa theo quá trình bạn phát triển. Nếu bạn cho phép bản thân được nhận thông tin khi thực tế biểu lộ, khi bạn phải vật lộn để tiến lên, thì những khái niệm về điều quan trọng của bạn sẽ thay đổi. Bạn sẽ dần dần hoặc bất ngờ định hướng lại bản thân mình.

Hãy hình dung: Bạn vào học trường kỹ thuật vì đó là điều mà bố mẹ bạn mong muốn - nhưng lại không phải điều bạn muốn. Làm việc với mục đích trái với mong muốn của bản thân, bạn sẽ thấy mình mau nản lòng và thất bại. Bạn sẽ phải vật lộn để tập trung đưa mình vào khuôn phép, nhưng vô hiệu. Bởi tâm hồn không thuận theo sự độc đoán của ý chí (còn lời giải thích nào khác chăng?). Tại sao bạn vâng lời? Có thể vì bạn không muốn bố mẹ thất vọng. Có thể bạn không đủ dũng khí để xử lý một mâu thuẫn cần thiết nhằm giải phóng bản thân. Có lẽ bạn không muốn mất đi niềm tin ngây ngô rằng bố mẹ luôn đúng, thật lòng mong ước rằng luôn có ai đó biết rõ bạn hơn chính bạn và biết rõ toàn bộ thế giới này. Bạn muốn được chở che theo cách này khỏi cảnh cô độc khắc nghiệt của sự tồn tại khi là

một Hữu thể đơn lẻ, cùng với trách nhiệm hiện hữu của nó. Điều này âu cũng phổ biến và dễ hiểu. Nhưng bạn muộn phiền vì thật lòng bạn không có ý trở thành một kỹ sư.

Một ngày nào đó, bạn sẽ chịu đựng quá đủ. Bạn bỏ học. Bạn khiến cha mẹ thất vọng. Bạn học cách sống với điều đó. Bạn chỉ tham vấn chính mình, dù cho điều đó đồng nghĩa với việc bạn phải trông cậy vào quyết định của chính mình. Bạn nhận được tấm bằng triết học. Bạn chấp nhận gánh nặng từ những sai lầm của chính mình. Bạn làm chủ chính bạn. Nhờ bác bỏ viễn cảnh của cha bạn, bạn sẽ mở ra viễn cảnh mới của riêng mình. Và rồi, khi bằng tuổi cha mẹ bạn bây giờ, bạn đã đủ chín chắn để ở bên họ khi họ bắt đầu cần đến bạn. Họ cũng chiến thắng. Nhưng cả hai chiến thắng ấy đều phải được mua bằng cái giá của mâu thuẫn sinh ra do sự thật của bạn. Ma-thi-ơ 10:34 trích dẫn lời của Chúa Giê-su - Người nhấn mạnh vai trò của Sự thật được nói ra: "Chớ tưởng rằng ta đến để đem sự bình an cho thế gian; ta đến, không phải đem sự bình an, mà là đem gươm giáo."

Khi bạn tiếp tục sống theo sự thật mà sự thật lại tự bộc lộ ra với mình, bạn phải chấp nhận và đối diện với những mâu thuẫn mà Hữu thể sẽ tạo ra. Nếu chịu được, bạn sẽ tiếp tục trưởng thành và trở nên có trách nhiệm hơn trên những phương diện nhỏ (đừng đánh giá thấp tầm quan trọng của nó) lẫn phương diện lớn. Khi đã tìm ra và khắc phục những sai sót không thể tránh khỏi, bạn sẽ tiến gần hơn bao giờ hết đến các mục tiêu mới mẻ và được thiết lập khôn ngoan hơn; thậm chí cách thiết lập chúng cũng sáng suốt hơn. Khái niệm về điều gì là quan trọng ở bạn sẽ ngày càng thỏa đáng hơn, khi bạn hợp nhất trí tuệ với kinh nghiệm của bản thân. Bạn sẽ thôi tùy tiện do dự và bước thẳng hướng hơn đến cái thiện - cái thiện mà bạn sẽ chẳng bao giờ lĩnh hội được nếu cứ cố chấp trước mọi bằng chứng cho

thấy bạn đã đúng, hoàn toàn đúng ngay từ ban đầu.

Nếu sự tồn tại là tốt đẹp, thì mối quan hệ rõ ràng, trong sáng và đúng đắn nhất cũng theo đó mà trở nên tốt đẹp. Ngược lại, nếu sự tồn tại không tốt đẹp, thì bạn sẽ lạc lối. Chẳng thứ gì cứu vãn bạn được - chắc chắn cũng không phải là những cuộc nổi loạn nhỏ nhặt, suy nghĩ nhỏ nhen hay sự mù quáng ngu dân vốn cấu thành thói lọc lừa. Vậy sự tồn tại có tốt đẹp không? Bạn phải liều một phen để tìm ra câu trả lời. Dù sống chân chính hay giả tạo, bạn đều phải đối diện với kết quả rồi rút ra kết luận cho bản thân.

Đó chính là "hành động của đức tin" mà triết gia người Đan Mạch, Kierkegaard, đã quả quyết về sự cần thiết của nó. Bạn đâu thể biết trước được thời đại. Ngay một ví dụ đúng đắn cũng không đủ làm bằng chứng, xét đến những khác biệt giữa các cá nhân. Thành công của một ví dụ điển hình luôn có thể bị quy cho may mắn. Thế nên, bạn phải mạo hiểm cuộc sống cá nhân nhất định của mình để tìm ra. Người xưa đã mô tả rủi ro này như một sự hy sinh ý chí cá nhân trước ý chí của Thượng Đế. Đó không phải là hành động xin phép (chí ít thì ai cũng hiểu được ý xin phép). Mà đó là hành động can đảm. Đó là lòng tin tưởng cơn gió sẽ đưa con tàu của bạn đến một bến bờ mới tốt đẹp hơn. Đó là lòng tin tưởng Hữu thể có thể được sửa đổi. Đó chính là tinh thần khám phá.

Có lẽ tốt hơn ta nên khái niệm hóa theo cách này: Ai cũng cần một mục tiêu cụ thể và vững chắc - một khát vọng, một mục đích - nhằm hạn chế sự hỗn loạn và nâng cao nhận thức để hiểu về cuộc đời mình. Nhưng tất cả những mục tiêu vững chắc như thế có thể và nên phục vụ cho cái có thể được xem là siêu mục tiêu, mà bản thân nó cũng là cách tiếp cận và hình thành nên mục tiêu. Siêu mục tiêu này có thể là "sống theo sự thật".

Điều này nghĩa là: "Hãy kiên trì hành động để hướng đến cái kết rõ ràng, xác định và tạm thời. Hãy tạo nên những tiêu chí cho sự thành bại một cách kịp thời và rõ ràng, ít nhất là cho chính mình (thậm chí tốt hơn là để những người khác có thể hiểu bạn đang làm gì và đánh giá nó cùng với bạn). Nhưng khi làm thế, hãy cho phép thế giới và tinh thần của bạn tự do bộc lộ, trong khi bạn hành động và diễn giải sự thật." Đây vừa là khát vọng thực dụng, vừa là những đức tin can trường nhất.

Đời là bể khổ. Đức Phật đã nói rõ như thế. Các giáo đồ Ki-tô cũng thể hiện tình cảm tương tự một cách hình tượng bằng chiếc thập tự thiêng liêng. Ký ức ấy như đã tham nhuần vào tâm tưởng của người Do Thái. Sự ngang hàng giữa cuộc sống và giới hạn là sự thật chính yếu và không thể tránh khỏi của sự tồn tại. Tính dễ tổn thương của Hữu thể khiến chúng ta đau buồn vì những phán xét và khinh thường của xã hội, và bởi sự suy tàn không thể tránh khỏi của cơ thể chúng ta. Nhưng ngay cả mọi sự thống khổ như thế, dù khủng khiếp nhường nào, cũng không đủ để tha hóa cả thế giới, hay biến thế giới thành Địa Ngục như cách mà những kẻ theo chủ nghĩa Quốc xã đã làm. Chính vì thế mà Hitler đã tuyên bố hết sức rõ ràng rằng chúng ta cần phải dối trá:

> *Một lời nói dối đủ lớn luôn có một sức mạnh nhất định của sự tín nhiệm; bởi quần chúng đông đảo của một quốc gia luôn dễ dàng bị tha hóa ở mức độ sâu sắc hơn trong bản chất tình cảm của họ hơn là lý trí; và do đó, trong sự đơn giản nguyên sơ của tâm trí, họ sẵn sàng trở thành nạn nhân của lời nói dối to lớn thay vì lời nói dối nhỏ nhặt, vì chính họ cũng thường nói dối đôi chút trong vài chuyện nhỏ nhặt, nhưng lại cảm thấy hổ thẹn khi phải viện đến những lời dối trá có quy mô lớn. Họ không bao giờ thêu dệt lên được những lời trí trá với tầm*

vóc khổng lồ và cũng không tin rằng người khác có thể láo xược đến mức bóp méo sự thật một cách vô liêm sỉ như thế. Và dù sự thật được minh chứng rõ ràng trong tâm trí họ thế nào chăng nữa, họ vẫn sẽ hoài nghi, do dự hoặc thậm chí tiếp tục nghĩ rằng có thể vẫn còn lời giải thích khác nào đó.

Để có một lời nói dối lớn, bạn cần một lời nói dối nhỏ. Theo lối ẩn dụ thì lời nói dối nho nhỏ ấy là mồi mà Tổ phụ Dối trá dùng để "câu" những nạn nhân của hắn. Khả năng tưởng tượng của con người giúp chúng ta có thể mơ mộng và sáng tạo nên những thế giới thay thế. Đây chính là nguồn gốc tối thượng cho trí sáng tạo của chúng ta. Tuy nhiên, khả năng đặc biệt này cũng có mặt trái của nó, tức mặt trái của một đồng xu: Chúng ta có thể lừa bản thân và người khác tin tưởng và hành động như thể mọi thứ khác so với chúng ta vẫn biết.

Và vì sao không được nói dối? Vì sao ta không uốn nắn và bóp méo mọi thứ hòng đạt được lợi nhỏ, hoặc khiến mọi thứ trơn tru như ý, hoặc để giữ yên ổn và tránh cảm giác bị tổn thương? Hiện thực cũng có khía cạnh tồi tệ của nó: Liệu ta có thực sự cần phải đối mặt với khía cạnh nham hiểm ấy mọi lúc trong nhận thức tỉnh táo của mình và trong mỗi bước ngoặt của cuộc đời ta? Vì sao chí ít không quay mặt đi khi chỉ nhìn thôi cũng quá đau đớn rồi?

Lý do rất đơn giản. *Mọi thứ rồi cũng sẽ tan biến*. Những gì từng hiệu nghiệm hôm qua không nhất thiết cũng hiệu nghiệm trong hôm nay. Chúng ta kế thừa một bộ máy nhà nước và nền văn hóa vĩ đại từ cha ông, nhưng họ đã chết và không thể đối phó với những thay đổi ngày nay. *Nhưng người còn sống thì có thể*. Chúng ta có thể mở to mắt và điều chỉnh những gì mình có khi cần thiết và giữ cho cỗ máy vận hành suôn sẻ. Hoặc chúng

ta có thể giả vờ rằng mọi thứ đều ổn, từ đó không thể tiến hành sửa chữa khi cần rồi nguyền rủa cho số phận khi mọi thứ xảy ra không như ý.

Mọi thứ rồi sẽ tan biến: Đây là một trong những khám phá vĩ đại của nhân loại. Và chúng ta đang đẩy nhanh sự suy thoái tự nhiên của những điều tuyệt vời thông qua sự mù quáng, chây ì và lọc lừa. Nếu ta không chú tâm, văn hóa sẽ suy thoái và lụi tàn, còn cái ác sẽ thắng thế.

Những gì bạn thấy ở sự dối trá khi bạn nói dối (và đa phần sự dối trá đều được thể hiện ra bằng hành động thay vì lời nói) là rất ít so với trên thực tế. Một lời nói dối kết nối với mọi thứ khác. Nó gây ra tác động đến thế giới tương tự như một giọt nước bẩn trong bình rượu sâm-banh trong vắt như ngọc lớn nhất. Nó rất dễ được cho phép sống tiếp và lớn dần.

Khi lời nói dối đủ lớn, cả thế giới sẽ đổ nát. Nếu bạn để ý kỹ, thì những lời dối trá lớn nhất luôn được hợp thành từ những lời dối trá nhỏ hơn và chúng lại hợp thành từ những lời dối trá nhỏ hơn nữa - và lời dối trá nhỏ nhất chính là nơi lời dối trá to lớn kia khởi đầu. Nó không chỉ là một phát biểu sai về thực tại. Thay vì thế, nó là một hành động bao hàm một phương diện mưu mô nghiêm trọng chưa từng có nhằm thâu tóm nhân loại. Chính tính chất dường như vô thưởng vô phạt, tầm thường nhỏ bé cùng thói kiêu ngạo yếu đuối đã giúp nó vươn mình và nhắm đến hành động tránh né trách nhiệm tưởng như nhỏ nhặt - tất cả những điều ấy đều ngụy trang hiệu quả cho bản chất thật, cho sự nguy hiểm đúng nghĩa của nó, cũng như tương đương với những hành vi hiểm ác ghê gớm mà con người phạm phải và thường lấy làm thích thú. Dối trá tha hóa thế giới. Và tệ hơn nữa, đó chính là chủ ý của sự dối trá.

Đầu tiên là một lời nói dối nhỏ; rồi thêm vài lời nữa để chống lưng cho nó. Rồi sau đó là lối suy nghĩ bị bóp méo nhằm tránh nỗi hổ thẹn mà

những lời nói dối ấy gây ra, và thêm nhiều lời nói dối nữa nhằm che đậy hậu quả của lối suy nghĩ bị bóp méo ấy. Sau đó, điều kinh khủng nhất là thông qua thực hành, những lời nói dối cần thiết sẽ biến đổi thành niềm tin và hành động "vô thức" trên phương diện thần kinh học, được tự động hóa, chuyên biệt và có kết cấu. Sau đó, chính trải nghiệm đáng khinh bỉ từ hành động phụ thuộc vào sự dối trá lại không đem đến kết quả như dự tính. Dù không tin vào những bức tường gạch, nhưng bạn vẫn sẽ bị thương khi đâm đầu vào nó. Rồi bạn sẽ nguyền rủa chính thực tại vì đã xây nên bức tường ấy.

Sau đó là đến sự kiêu ngạo và cảm giác vượt trội tất yếu đi kèm với những lời giả dối được thực hiện thành công (những lời dối trá thành công *trên giả thuyết* - và đó là một trong những điều nguy hiểm nhất: "Có vẻ như ai cũng bị lừa, thế nên tất cả đều ngu ngốc ngoại trừ ta. Ai cũng ngu ngốc và *bị ta* lừa" - nên ta có thể tự do giành được những gì ta muốn). Kết cuộc, ta tuyên bố: "Bản thân Hữu thể cũng dễ dàng bị ta thao túng. Nên nó cũng chẳng xứng được tôn trọng."

Đó là khi mọi thứ tan thành từng mảnh, giống như Crisis vậy. Đó là khi cấu trúc một con người hay nhà nước tan rã dưới ảnh hưởng của một thế lực độc ác. Đó là khi sự hỗn loạn của Địa Ngục xuất hiện như một cơn hồng thủy, nhấn chìm mặt đất quen thuộc. Nhưng nó vẫn chưa phải Địa Ngục.

Địa Ngục sẽ đến sau đó. Địa Ngục chỉ xuất hiện khi những lời dối trá hủy hoại mối quan hệ giữa cá nhân hoặc nhà nước với thực tại. Mọi thứ sẽ tan biến. Cuộc sống suy tàn. Tất cả đều hóa thành nỗi chán nản và thất vọng. Hy vọng liên tục bị phản bội. Kẻ lọc lừa tuyệt vọng hoa chân múa tay trong màn hiến tế giống như Cain, nhưng lại không được lòng Thượng

Đế. Rồi vở kịch bước vào hồi kết.

Bị hành hạ bởi thất bại triền miên, kẻ ấy lại càng chua xót hơn. Khi nỗi thất vọng và thất bại hợp làm một, chúng sẽ tạo nên một ảo tưởng rằng: *Thế giới nhất quyết gây cho ta đau khổ, gây cho ta sa ngã và gây cho ta hủy diệt*. Nên ta cần, ta xứng đáng và ta nhất định phải trả thù. Đó là cánh cửa dẫn đến Địa Ngục. Đó là khi cõi âm, một nơi kinh hãi và lạ lẫm, trở thành nỗi thống khổ.

Theo truyền thống của phương Tây vĩ đại, ngay từ thuở sơ khai, Lời Chúa đã biến hỗn loạn thành Hữu thể thông qua hành động của lời nói. Với truyền thống ấy, hiển nhiên là đàn ông và phụ nữ đều được tạo thành dựa trên hình ảnh của Thượng Đế. Chúng ta cũng biến hỗn loạn thành Hữu thể thông qua lời nói. Chúng ta biến các khả năng đa dạng của tương lai thành những hiện thực của quá khứ và thực tại.

Nói ra sự thật chính là đem thực tại mà ta dễ sống trong đó nhất đến với Hữu thể. Sự thật dựng xây nên những dinh thự có thể đứng vững đến nghìn năm. Sự thật mang đến cơm ăn áo mặc cho người nghèo, giúp các quốc gia được phồn vinh và thanh bình. Sự thật rút gọn sự phức tạp khủng khiếp của con người thành sự giản đơn trong lời nói, để họ trở thành đồng bạn thay vì là kẻ thù của nhau. Sự thật khiến quá khứ thực sự ngủ yên và tận dụng tối đa những khả năng trong tương lai. Sự thật chính là nguồn tài nguyên tự nhiên tối thượng và vô tận. Là ánh sáng trong đêm tối.

Hãy nhìn đúng sự thật. Hãy nói ra sự thật

Sự thật không đến dưới lớp vỏ quan điểm được chia sẻ từ người khác, vì sự thật không bao giờ là một tập hợp các khẩu hiệu hay hệ tư tưởng. Thay vì thế, nó mang tính cá nhân. Sự thật của bạn là điều mà chỉ bạn nói lên được, dựa trên những hoàn cảnh đặc thù trong cuộc đời bạn. Hãy thấu

tỏ sự thật của bản thân mình. Hãy truyền đạt một cách thận trọng, rõ ràng với bản thân và người khác. Điều đó sẽ đảm bảo cho sự an toàn và cho cuộc đời bạn đầy đủ hơn hiện nay, khi bạn được sống trong cấu trúc của những niềm tin hiện tại. Nó sẽ đảm bảo cho sự nhân từ của tương lai, vốn chia thành nhiều hướng từ những điều chắc chắn trong quá khứ.

Sự thật sinh ra từ những suối nguồn sâu thẳm nhất của Hữu thể. Nó giữ cho linh hồn bạn không bị héo úa và chết mòn khi gặp phải bi kịch không thể tránh khỏi của cuộc đời. Nó giúp bạn tránh được ham muốn đáng sợ là kiếm tìm sự trả đũa bi kịch ấy - một phần tội lỗi khủng khiếp của Hữu thể, thứ mà mọi thứ phải nhẫn nhịn chịu đựng chỉ để được tồn tại.

Nếu cuộc đời của bạn diễn ra không đúng như nó có thể, hãy thử nói ra sự thật. Nếu bạn tuyệt vọng bám víu vào một ý thức hệ hay đắm chìm trong chủ nghĩa hư vô, hãy thử nói ra sự thật. Nếu bạn cảm thấy yếu đuối và bị chối bỏ, tuyệt vọng và hoang mang, hãy thử nói ra sự thật. Vì ở nơi Thiên Đường, mọi người đều nói thật. Đó mới chính là điều làm nên Thiên Đường.

Hãy nói sự thật - hoặc chí ít cũng đừng nói dối.

QUY LUẬT 9

TIN RẰNG NGƯỜI MÀ BẠN ĐANG LẮNG NGHE BIẾT ĐIỀU GÌ ĐÓ MÀ BẠN KHÔNG BIẾT

KHÔNG PHẢI LỜI KHUYÊN BẢO

TÂM LÝ TRỊ LIỆU KHÔNG PHẢI LÀ LỜI KHUYÊN BẢO. Khuyên bảo là thứ bạn có được khi người mà bạn đang nói chuyện cùng, về những mong ước kinh khủng hay phức tạp, chỉ muốn bạn im miệng và đi khỏi đó. Khuyên bảo là thứ bạn nhận được khi đối phương chỉ say sưa nói về trí tuệ siêu việt của họ. Xét cho cùng, nếu bạn không quá chậm tiêu, thì bạn sẽ không gặp phải những vấn đề ngu ngốc.

Tâm lý trị liệu là một cuộc đối thoại chân thực. Cuộc đối thoại chân thực đồng nghĩa với khám phá, diễn giải và lập chiến lược. Khi bạn tham gia vào một cuộc trò chuyện chân thực, nghĩa là bạn đang lắng nghe và trò chuyện - nhưng chủ yếu là lắng nghe. Lắng nghe nghĩa là tập trung chú ý. Nếu bạn lắng nghe, họ sẽ kể cho bạn những điều rất thú vị. Đôi lúc họ sẽ kể với bạn rằng họ gặp điều gì không ổn nếu bạn lắng nghe. Thỉnh thoảng họ còn kể với bạn rằng đã dự định khắc phục chúng thế nào. Có khi chính điều ấy lại giúp bạn giải quyết được chuyện bất ổn của mình. Trong một lần bất ngờ (và chuyện ấy chỉ xảy ra một lần trong nhiều dịp), tôi đang lắng nghe chăm chú một người thì chỉ sau vài phút, (a) cô ấy bảo mình là

một phù thủy và (b) tổ chức phù thủy của cô dành rất nhiều thời gian mường tượng ra một thế giới hòa bình cùng nhau. Cô ấy là một phù thủy cấp thấp làm công việc bàn giấy trong thời gian dài. Tôi chưa bao giờ ngỡ rằng cô ấy lại là một phù thủy. Tôi cũng không hề biết tổ chức phù thủy lại dành nhiều thời gian mường tượng về một thế giới hòa bình đến thế. Tôi cũng không biết mình phải làm gì, nhưng câu chuyện ấy không hề nhàm chán; và điều đó mới quan trọng.

Trong quá trình thực tập lâm sàng, tôi đã trò chuyện và lắng nghe. Tôi trò chuyện nhiều hơn với một số người và lắng nghe số khác nhiều hơn. Nhiều người mà tôi lắng nghe lại chẳng có ai để tán gẫu cả. Một vài người trong số họ thực sự cô độc trên thế giới này. Có nhiều người như thế hơn bạn nghĩ rất nhiều. Bạn không gặp được họ là vì họ đang cô đơn. Những người khác bị vây quanh bởi những kẻ độc đoán, ái kỷ, nghiện ngập, bị tổn thương hoặc đã quen làm nạn nhân. Một số người không giỏi diễn tả về bản thân. Họ hay đi lạc đề. Họ tự lặp lại lời mình. Họ nói những chuyện mơ hồ và đầy mâu thuẫn. Rất khó để lắng nghe họ. Những người khác lại nói về những điều kinh khủng đang diễn ra quanh họ, chẳng hạn như cha mẹ mắc bệnh Alzheimer hoặc con cái bị ốm. Bởi thế, họ không còn nhiều thời gian dành cho những mối bận tâm của cá nhân mình.

Có lần, một khách hàng mà tôi đã gặp suốt nhiều tháng đến văn phòng tôi[52] theo lịch hẹn. Sau vài câu nhập đề vắn tắt, cô thông báo: "Tôi nghĩ mình vừa bị cưỡng hiếp." Thật không dễ đáp lại một câu nói như thế, tuy thường có điều gì đó bí ẩn xoay quanh những sự việc ấy. Nó thường liên quan đến bia rượu, như trong hầu hết các vụ tấn công tình dục. Bia rượu có thể gây ra trạng thái mơ hồ. Đó là một phần lý do mọi người tìm đến chúng. Bia rượu có thể tạm thời giải thoát gánh nặng kinh khủng của sự tự

ý thức khỏi người uống. Những kẻ say vẫn nhận biết được tương lai, nhưng họ chẳng hề quan tâm đến nó. Thật phấn khích. Thật hồ hởi. Kẻ say có thể tiệc tùng như thể không có ngày mai. Nhưng vì ta có ngày mai - luôn có một ngày mai - nên họ sẽ gặp rắc rối. Họ thoáng mất trí. Họ đi đến những nơi nguy hiểm với những kẻ buông thả. Họ vui đùa. Và họ có thể bị cưỡng hiếp. Thế nên, tôi lập tức nghĩ đến những điều liên quan như thế. Còn cách hiểu nào khác hơn từ "tôi nghĩ"? Nhưng câu chuyện chưa kết thúc tại đó. Cô ấy bổ sung thêm một chi tiết: "Năm lần." Câu đầu đã đủ tệ rồi, nhưng câu thứ hai quả là không tả nổi. Năm lần? Điều đó có thể là gì?

Người khách hàng ấy kể với tôi rằng cô đã đến một quán bar và uống vài ly. Ai đó đã đến bắt chuyện với cô. Và cuối cùng cô đến chỗ anh ấy hoặc chỗ cô cùng với anh ta. Hiển nhiên buổi tối hôm ấy đã tiếp nối bằng một màn tình dục cực đỉnh. Hôm sau, cô thức dậy mà không chắc chắn điều gì đã xảy ra - mơ hồ về động cơ của cô ấy, của anh ta và mơ hồ và cả thế giới này. Cô S - chúng ta sẽ gọi cô như thế - mơ hồ về một vấn đề không hiện hữu. Cô là bóng ma của một con người. Nhưng cô lại ăn mặc như một chuyên gia. Cô biết cách thể hiện bản thân trong lần đầu tiên xuất hiện. Kết quả là cô đã qua mặt được ban cố vấn chính phủ đang xem xét việc thi công một dự án cơ sở hạ tầng vận tải trọng điểm (mặc dù cô ấy không hề biết gì về chính phủ, cố vấn hay xây dựng). Cô cũng chủ trì một chương trình phát thanh mở dành riêng cho doanh nghiệp nhỏ, dù cô chưa bao giờ có một công việc thực sự nào, cũng như không biết gì về việc trở thành một chủ doanh nghiệp. Cô đã từng nhận những khoản thanh toán hậu hĩ trong suốt tuổi trưởng thành của mình.

Cha mẹ cô chưa từng dành cho cô một phút quan tâm nào. Cô có bốn người anh em và họ đều đối xử không tốt với cô. Hiện tại cô không có bạn

và trong quá khứ cũng thế. Cô cũng chẳng có người yêu. Cô chẳng có ai để cùng trò chuyện và không biết tự mình suy nghĩ ra sao (điều này không hiếm). Cô không có cái tôi riêng. Thay vì thế, cô là một tạp âm biết đi của những kinh nghiệm không ăn nhập. Trước đây, tôi từng cố giúp cô ấy tìm một công việc. Tôi hỏi cô ấy có cv không. Cô ấy bảo có. Tôi bảo cô hãy mang nó đến cho tôi và cô đã mang nó đến trong lần hẹn kế. Nó dài đến 50 trang, nằm trong một thùng tài liệu chia thành nhiều phần, cùng với cơ số những miếng giấy phân chia - tức những miếng đánh dấu nhiều màu sắc ngoài rìa tập hồ sơ. Các phần trong đó gồm những chủ đề như "Giấc mơ của tôi" và "Những quyển sách tôi đã đọc". Cô viết ra hàng tá những giấc mơ hằng đêm trong phần "Giấc mơ của tôi" và bổ sung những đoạn tóm tắt, đánh giá vắn tắt về những tài liệu cô đã đọc. Đây là những thứ mà cô định sẽ gửi cho các ông chủ tiềm năng (hoặc đã từng gửi: Ai mà biết được?). Thật không thể hiểu nổi sao một người tưởng như vô hình trên thế giới này lại có cả một thùng tài liệu chứa 50 trang giấy đã phân mục, viết về những giấc mơ và câu chuyện để tạo thành một cv. Cô S không biết gì về chính bản thân mình. Cô cũng không biết gì về những cá nhân khác. Cô càng không biết gì về thế giới này cả. Cô là một bộ phim chiếu cho có lệ mà chẳng có trọng tâm. Và cô tuyệt vọng đợi chờ một câu chuyện về bản thân để khiến nó trở nên có ý nghĩa.

Nếu bạn thêm chút đường vào nước lạnh rồi khuấy lên, đường sẽ tan. Nếu làm ấm nước, bạn có thể hòa tan nhiều đường hơn. Nếu bạn đun nước đến khi sôi, bạn có thể thêm vào nhiều đường hơn nữa và vẫn hòa tan chúng. Rồi nếu bạn lấy cốc nước đường đang sôi ấy xuống và chậm rãi làm nguội nó, không khuấy lên hay lắc, bạn có thể "đánh lừa" (tôi không biết dùng ngữ nào khác để diễn tả) nó, để có được lượng đường

được hòa tan nhiều hơn so với khi nó lạnh từ đầu. Đó gọi là dung dịch siêu bão hòa. Lúc này, nếu bạn thả một cục đường vào dung dịch siêu bão hòa ấy, toàn bộ lượng đường dư ấy sẽ đột ngột kết tinh một cách ngoạn mục. Như thể chúng gào thét đòi trật tự. Đó chính là khách hàng của tôi. Những người như cô ấy chính là lý do giúp nhiều hình thức tâm lý trị liệu hiện tại được thực hiện hiệu quả. Họ có thể bối rối đến mức tinh thần của họ sẽ được lập thành trật tự, cuộc sống của họ sẽ được cải thiện bằng cách tiếp nhận một hệ thống diễn giải hợp lý, có trật tự bất kỳ. Điều này kết hợp những nhân tố tách biệt trong cuộc sống của họ trong một khuôn phép - bất cứ cách thức khuôn phép nào. Thế nên, nếu bạn đứt kết nối (hoặc nếu bạn chưa bao giờ hòa hợp), bạn có thể tái cấu trúc lại cuộc đời mình dựa trên các nguyên tắc hành vi của Freud, Jung, Adler hay Roger. Chí ít rồi bạn sẽ thấy mình có ý nghĩa. Chí ít rồi bạn sẽ trở nên mạch lạc. Chí ít rồi bạn sẽ giỏi việc gì đó, nếu bạn đang chưa giỏi bất cứ việc gì. Bạn không thể sửa một chiếc xe hơi với một chiếc rìu, nhưng có thể dùng rìu để chặt cây. Thế đã là giỏi rồi.

Trong khoảng thời gian lúc tôi tư vấn cho khách hàng này, giới truyền thông đang sôi sục với những câu chuyện về ký ức được hồi phục - đặc biệt là chuyện quấy rối tình dục. Các cuộc tranh luận gay gắt nhanh chóng nổ ra: Có báo cáo chân thực nào về chấn thương trong quá khứ không? Hay chúng chỉ được dựng nên, tưởng tượng như hậu quả của áp lực, rồi được các nhà trị liệu vô ý hoặc cố ý áp dụng, được những bệnh nhân lâm sàng bám vào một cách tuyệt vọng - những người quá sốt sắng tìm ra một nguyên nhân đơn giản cho mọi vấn đề của mình? Đôi lúc là đáp án đầu tiên, nhưng có lúc lại là đáp án sau. Tuy nhiên, tôi hiểu rõ ràng và chính xác hơn hẳn việc cài cắm một ký ức sai vào tâm trí là dễ dàng thế nào,

ngay khi khách hàng của tôi tiết lộ những điều cô không chắc chắn về trải nghiệm tình dục của mình. Quá khứ có vẻ cố định đấy - nhưng nó không phải là một cảm quan tâm lý quan trọng. Xét cho cùng, quá khứ vô cùng tối tệ và cách chúng ta sắp xếp nó có thể phụ thuộc vào sự hồi tưởng mãnh liệt.

Ví dụ, hãy hình dung một bộ phim chiếu đầy những chuyện kinh khủng. Nhưng sau cùng mọi chuyện đều ổn. Mọi chuyện đều được giải quyết. Một kết thúc có hậu vừa đủ có thể thay đổi ý nghĩa của toàn bộ những sự kiện trước đó. Chúng có thể được xem là xứng đáng, xét theo kết thúc ấy. Giờ hãy hình dung một bộ phim khác. Có rất nhiều chuyện xảy ra. Tất cả đều thú vị và phấn khích. Nhưng chúng lại quá nhiều. Sau 90 phút, bạn bắt đầu lo lắng: "Đây là một bộ phim tuyệt vời, nhưng có quá nhiều chuyện diễn ra. Mình mong nhà làm phim có thể kết nối chúng lại với nhau." Nhưng điều đó lại không xảy ra. Thay vì thế, câu chuyện kết thúc một cách đột ngột, dang dở hoặc có điều gì đó dễ dãi và rập khuôn xuất hiện. Bạn rời rạp với sự khó chịu và không thỏa lòng - và không nhận ra bạn đã hoàn toàn bị cuốn vào và tận hưởng bộ phim ấy suốt thời gian ngồi trong rạp. Hiện tại có thể thay đổi quá khứ, và tương lai có thể thay đổi hiện tại.

Khi nhớ về quá khứ, bạn cũng nhớ được vài phần nào đó và quên đi những phần khác. Bạn có những ký ức rõ ràng về một số sự việc đã xảy ra thay vì những sự việc khác có thể cũng quan trọng chẳng kém - cũng như bạn nhận thức được một số khía cạnh nào đó từ mọi thứ xung quanh ở hiện tại, còn những khía cạnh khác thì không. Bạn phân loại các trải nghiệm của mình, nhóm một vài yếu tố lại với nhau và tách chúng ra khỏi những yếu tố còn lại. Có một sự tùy tiện bí ẩn trong tất cả những chuyện

này. Bạn không tạo ra một bản ghi chép khách quan toàn diện nào. Bạn không thể. Bạn biết không đủ rõ. Bạn không lĩnh hội đủ. Và bạn cũng không khách quan. Bạn là vật sống. Bạn chủ quan. Bạn được ban cho những sở thích - ít nhất là trong bản thân bạn và thường là thế. Chính xác thì điều gì nên được bao hàm trong câu chuyện? Chính xác thì đâu là ranh giới giữa các sự việc?

Lạm dụng tình dục ở trẻ em trở nên phổ biến một cách đau xót. Thế nhưng, nó không phổ biến như các nhà tâm lý trị liệu xoàng vẫn nghĩ và không phải lúc nào nó cũng tạo ra những người trưởng thành mang tổn thương khủng khiếp. Sự kiên cường của mọi người không giống nhau. Một sự kiện nào đó có thể tiêu diệt người này nhưng lại bị người khác nhún vai coi khinh. Nhưng các nhà trị liệu với đôi chút hiểu biết về nguyên tắc Freud tất yếu thường cho rằng một người lớn đau khổ hẳn phải từng bị lạm dụng tình dục khi còn bé. Sao họ lại không đau khổ vì lý do khác? Thế nên, họ cứ đào bới, suy luận, ngụ ý, đề xuất, phản ứng thái quá, thiên vị và tranh cãi. Họ thổi phồng tầm quan trọng của vài sự việc, nhưng lại xem nhẹ tầm quan trọng của sự việc khác. Họ cắt gọt các sự việc cho khớp với giả thuyết của họ. Và họ thuyết phục khách hàng của mình rằng người này đã bị quấy rối tình dục - nếu người này nhớ được. Và các khách hàng bắt đầu nhớ lại. Và rồi họ sẽ bắt đầu buộc tội. Đôi khi những gì họ nhớ chưa bao giờ xảy ra và người bị buộc tội lại trong sạch. Còn tin tốt ư? Chí ít thì giả thuyết của nhà trị liệu vẫn giữ nguyên. Đó là điều tốt - cho nhà trị liệu. Nhưng không thiếu những thiệt hại liên đới. Nhưng con người thường sẵn sàng tạo ra rất nhiều thiệt hại liên đới nếu họ có thể giữ được giả thuyết của mình.

Tôi biết tất cả điều trên khi cô S đến và nói với tôi về những trải

nghiệm tình dục của cô ấy. Khi cô ấy thuật lại những chuyến đi bar và hậu quả cứ luôn lặp lại, tôi đã nghĩ đến cả núi chuyện cùng lúc. Tôi nghĩ: "Cô rất mơ hồ và sống trên mây. Cô là cư dân của sự hỗn loạn và thế giới bên kia. Cô sẽ đến mười địa điểm khác nhau cùng một lúc. Bất cứ ai cũng có thể kéo cô đi và dẫn cô xuống đoạn đường họ chọn." Xét cho cùng, nếu bạn không phải là nhân vật chính trong chính vở kịch của mình, thì bạn chỉ là nhân vật phụ trong vở kịch của người khác - và bạn có thể bị giao cho một vai buồn thảm, cô độc và bi kịch. Sau khi cô S thuật lại câu chuyện của mình, chúng tôi cùng ngồi lại. Tôi nghĩ: "Cô cũng có ham muốn tình dục bình thường. Cô vô cùng cô đơn. Cô không được thỏa mãn về tình dục. Cô sợ đàn ông, ngờ nghệch trước thế giới và không biết gì về bản thân mình. Cô lang thang như một biến cố chực chờ xảy ra; rồi nó xảy ra thật và đó chính là cuộc đời cô."

Tôi nghĩ: "Một phần trong cô muốn được chiếm lấy. Một phần trong cô muốn là một đứa trẻ. Cô bị các anh em trai của mình lạm dụng và bị cha mình ngoảnh mặt làm ngơ, nên phần nào đó trong cô muốn trả thù cánh đàn ông. Phần nào đó trong cô có tội. Phần khác thì xấu hổ. Phần khác lại phấn khích và hào hứng. Cô là ai? Cô đã làm gì? Chuyện gì đã xảy ra?" Thế sự thật khách quan là gì? Chẳng cách nào biết được sự thật khách quan cả. Và sẽ chẳng bao giờ có. Sẽ không có ai quan sát khách quan và cũng chẳng bao giờ có. Sẽ chẳng có câu chuyện nào chính xác và trọn vẹn. Điều ấy không và không thể tồn tại được. Chỉ có những bản ghi chép không hoàn chỉnh và những quan điểm rời rạc. Nhưng một số vẫn tốt hơn số khác. Ký ức không phải là một bản miêu tả về quá khứ khách quan. *Ký ức là một công cụ*. Ký ức là chỉ dẫn của quá khứ cho tương lai. Nếu bạn nhớ về điều gì đó tồi tệ từng xảy ra, bạn có thể hiểu vi sao và rồi bạn sẽ cố

tránh để việc tồi tệ ấy không xảy ra lần nữa. Đó là mục đích của ký ức. Không phải để "nhớ về quá khứ". Mà để ngăn chặn những chuyện chết tiệt cứ tái diễn hết lần này đến lần khác.

Tôi nghĩ: "Mình có thể đơn giản hóa cuộc sống của cô S. Mình có thể nói rằng những mối nghi ngờ về việc bị cưỡng hiếp của cô đã hoàn toàn được bào chữa, và nỗi hoài nghi của cô về các sự việc chỉ là chứng cứ bổ sung trong suốt quá trình tự biến mình thành nạn nhân trọn vẹn và dai dẳng của cô. Mình có thể quả quyết rằng bạn tình của cô có nghĩa vụ hợp pháp là đảm bảo cô ấy không quá ngất ngây vì bia rượu để thể hiện sự đồng thuận. Mình có thể bảo với cô ấy rằng việc cô là nạn nhân của hành vi bạo lực và phi pháp là không phải bàn cãi, trừ khi cô ấy đã đồng thuận với từng động tác tình dục một cách rõ ràng bằng lời. Mình có thể bảo rằng cô ấy là một nạn nhân vô hại." Tôi đã có thể nói với cô ấy tất cả những điều đó. Và dĩ nhiên chúng hoàn toàn đúng. Và cô ấy sẽ chấp nhận chúng là sự thật và ghi nhớ suốt đời. Khi ấy, cô sẽ trở thành một con người mới, với một lý lịch mới và một số phận mới.

Nhưng tôi cũng nghĩ rằng: "Mình có thể nói với cô S rằng cô là một thảm họa biết đi. Mình có thể nói với cô ấy rằng cô đã lang thang đến quán bar như một gái điếm hạng sang đang mê mệt, rằng cô là một mối nguy hiểm cho bản thân cô và người khác, rằng cô cần phải thức tỉnh và rằng nếu cô cứ lui đến các quán bar dành cho người độc thân, uống thật nhiều, bị đưa về nhà và thác loạn một cách bạo lực (hoặc ân ái một cách nhẹ nhàng), thì cô còn trông đợi chuyện quái gì nữa?" Nói cách khác, tôi có thể nói với cô ấy - bằng nhiều thuật ngữ triết học của Nietzsche - rằng cô là một "tội phạm yếu ớt" - tức người dám cả gan phá vỡ luật thiêng và run rẩy ngay khi phải trả giá cho điều đó. Và điều này cũng đúng; rồi cô

ấy cũng sẽ chấp nhận và ghi nhớ nó.

Nếu tôi là một người tả khuynh trung thành với tư tưởng công lý xã hội, tôi có thể kể cho cô ấy câu chuyện đầu tiên. Nếu tôi là môn đồ của tư tưởng bảo thủ, tôi sẽ kể câu chuyện thứ hai. Và sự hồi đáp của cô ấy sau khi nghe một trong hai câu chuyện đầu sẽ minh chứng cho sự hài lòng của cả tôi và cô ấy, rằng câu chuyện tôi kể là đúng - hoàn chỉnh và rõ ràng. Và đó mới chính là lời khuyên.

TỰ MÌNH NHẬN RA

Nhưng thay vì thế, tôi đã quyết định lắng nghe. Tôi đã học được cách không cướp lấy những vấn đề của khách hàng. Tôi không muốn trở thành một anh hùng cứu chuộc hay *deus ex machina* - không cứu chuộc trong câu chuyện của một người khác. Tôi không muốn sống thay cuộc sống của họ. Thế nên, tôi hỏi cô ấy đang nghĩ gì và tôi chỉ lắng nghe. Cô đã kể rất nhiều. Khi chúng tôi xong chuyện, cô ấy vẫn không biết mình có bị cưỡng hiếp hay không và tôi cũng thế. Cuộc sống rất phức tạp.

Đôi khi bạn phải thay đổi cách mình hiểu mọi thứ để hiểu đúng từng thứ một. "Có phải mình đã bị cưỡng hiếp không?" có thể là một câu hỏi rất phức tạp. Sự thật đơn giản là câu hỏi ấy được thể hiện dưới hình thức chỉ rõ sự tồn tại vô vàn tầng lớp phức tạp - chứ đừng nói là chỉ "năm lần". Có vô số câu hỏi ẩn sau câu "Có phải mình đã bị cưỡng hiếp không?": Cưỡng hiếp là gì? Đồng thuận là gì? Điều gì tạo thành sự thận trọng thích đáng trong tình dục? Làm thế nào một cô gái tự bảo vệ được mình? Đâu là lời dối trá sai trái? "Có phải mình đã bị cưỡng hiếp không?" là con rắn nhiều đầu hydra. Nếu bạn chặt một cái đầu của hydra, bảy cái khác sẽ mọc lại. Đời là thế. Cô S đáng ra phải kể lể suốt 20 năm để biết liệu mình có bị

cưỡng hiếp hay không. Và một ai đó đáng ra phải lắng nghe cô nói. Tôi đã bắt đầu quá trình, nhưng hoàn cảnh khiến tôi không thể kết thúc nó. Cô rời cuộc trị liệu mà chỉ vơi đi chút mơ hồ và bất ổn so với lần đầu tiên cô gặp tôi. Nhưng chí ít cô ấy cũng không rời đi như một hiện thân sống của thứ tư tưởng chết tiệt của tôi.

Những người mà tôi lắng nghe cần được nói, vì đó là cách mọi người suy nghĩ. Mọi người cần phải suy nghĩ. Nếu không, họ sẽ cứ như người mộng du đang lang thang trong hố sâu. Khi suy nghĩ, họ mô phỏng thế giới và vạch ra cách hành xử trong thế giới đó. Nếu làm tốt việc mô phỏng ấy, họ có thể nhận ra những điều ngu xuẩn mà họ không nên làm. Và họ sẽ không thể làm thế nữa. Họ sẽ không phải chịu đựng hậu quả. Đó là mục đích của việc suy nghĩ. Nhưng chúng ta không thể làm điều ấy một mình. Chúng ta mô phỏng thế giới và vạch ra hành động của mình trong thế giới ấy. Chỉ có loài người mới làm được điều này. Chúng ta mới kiệt xuất làm sao. Chúng ta tạo ra những hóa thân nhỏ cho chính mình. Chúng ta đặt những hóa thân ấy vào các thế giới hư cấu. Và rồi chúng ta chứng kiến xem điều gì sẽ xảy ra. Nếu hóa thân của chúng ta phát triển mạnh, thì chúng ta sẽ hành động theo nó trong thế giới thực. Và rồi chúng ta cũng sẽ hưng thịnh (hy vọng thế). Nếu hóa thân của ta thất bại, chúng ta sẽ không đến đó, nếu vẫn còn ý thức. Chúng ta sẽ để "anh ta" chết đi trong thế giới hư cấu, để chúng ta không phải chết trong thực tại.

Hãy hình dung hai đứa trẻ đang trò chuyện với nhau. Đứa nhỏ hơn nói: "Leo lên nóc nhà chắc sẽ vui chứ nhỉ?" Cậu ta vừa đặt một hóa thân nhỏ của mình vào thế giới hư cấu. Nhưng chị cậu lại phản bác. Cô bé xen vào: "Thật ngốc", cô nói. "Nhỡ em ngã từ mái nhà xuống thì sao? Nhỡ bố bắt gặp em thì sao?" Cậu em trai có thể điều chỉnh cách mô phỏng ban đầu, vẽ

ra một cái kết thích hợp và để cho thế giới hư cấu kia tan vào hư không. Hoặc không. Có lẽ điều đó đáng để mạo hiểm. Nhưng chí ít giờ ta đã có thể kể đến nó. Thế giới hư cấu có đôi chút hoàn chỉnh hơn và hóa thân cũng có chút khôn ngoan hơn.

Mọi người nghĩ rằng họ đang suy nghĩ, nhưng không đúng. Chủ yếu là sự tự phê bình chuyển thành suy nghĩ. Suy nghĩ thực sự rất hiếm - và lắng nghe thực sự cũng thế. Suy nghĩ nghĩa là lắng nghe bản thân mình. Việc đó rất khó. Để suy nghĩ, chí ít bạn phải phân thân làm hai bản thể cùng một lúc. Rồi bạn phải để hai người ấy bất đồng với nhau. Suy nghĩ là cuộc hội thoại nội tâm giữa hai hay nhiều thế giới quan khác nhau. Quan điểm Một là hóa thân trong thế giới mô phỏng. Nó đại diện cho quá khứ, hiện tại và tương lai, cũng như những ý niệm hành động của riêng nó. Các Quan điểm Hai, Ba và Bốn cũng giống thế. Suy nghĩ là quá trình mà những hóa thân nội tại này tưởng tượng và diễn giải thế giới của nó với một hóa thân khác. Bạn không thể cài đặt để một người rơm chiến đấu với người rơm khác trong khi bạn đang suy nghĩ, vì thực ra bạn chẳng suy nghĩ gì cả. Bạn đang hợp lý hóa theo tương quan ngẫu nhiên. Bạn đang nối thứ bạn muốn với đối thủ yếu kém hơn để bạn không phải thay đổi suy nghĩ của mình. Bạn đang tuyên truyền. Bạn đang nói lời nước đôi. Bạn đang sử dụng kết luận của mình để thanh minh cho chứng cứ. Bạn đang lẩn tránh sự thật.

Suy nghĩ thực sự rất phức tạp và đòi hỏi khắt khe. Nó đòi hỏi bạn phải là một diễn giả lưu loát và kỹ lưỡng, đồng thời là một người lắng nghe sáng suốt. Nó cũng bao hàm các mâu thuẫn. Nên bạn phải khoan dung với mâu thuẫn. Mâu thuẫn liên quan đến thương lượng và thỏa hiệp. Nên bạn phải học cách cho và nhận, cũng như điều chỉnh các giả thuyết và chỉnh đốn suy nghĩ của mình - và cả những nhận thức của bạn về thế giới. Đôi

khi, nó dẫn đến việc đánh bại và loại bỏ một hoặc nhiều hóa thân nội tâm. Chúng không thích bị đánh bại hay loại bỏ. Chúng rất khó xây dựng. Chúng đáng giá. Chúng sống động. Chúng thích được sống. Chúng sẽ chiến đấu để được sống. Tốt hơn bạn nên lắng nghe chúng. Nếu không, chúng sẽ ngầm rút vào bóng tối và biến thành ác quỷ giày vò bạn. Hậu quả là suy nghĩ sẽ gây đau đớn về mặt cảm xúc cũng như đòi hỏi về mặt sinh lý; nhiều hơn bất kỳ điều gì khác - ngoại trừ việc không suy nghĩ. Nhưng bạn phải mạch lạc và tinh tế để mọi thứ diễn ra trong đầu bạn. Sau đó, bạn sẽ làm gì nếu bạn không giỏi suy nghĩ, không giỏi phân thân làm hai cùng một lúc? Dễ thôi. Bạn nói ra. Nhưng bạn cần ai đó lắng nghe. Một người biết lắng nghe chính là đối tác và cũng là đối thủ của bạn.

Một người biết lắng nghe sẽ kiểm tra những gì bạn nói (và cả suy nghĩ của bạn) mà không phải nói điều gì. Một người lắng nghe là đại diện của nhân loại chung. Anh ta đứng về phía số đông. Giờ thì tất nhiên số đông luôn đúng, nhưng thực ra chỉ *thường* đúng. *Điển hình* là đúng. Thế nên, nếu bạn nói một điều khiến mọi người phải lùi lại, thì bạn nên cân nhắc những gì đã nói. Tôi nói thế vì tôi biết khá rõ rằng những quan điểm gây tranh cãi đôi khi vẫn đúng - đôi lúc đúng nhiều đến mức số đông sẽ giết chết nó nếu họ không muốn lắng nghe. Giữa người với người, chính vì lý do trên mà cá nhân có nghĩa vụ đạo đức là phải đứng ra và nói sự thật dựa trên kinh nghiệm của chính họ. Nhưng một điều gì đó mới mẻ và cực đoan thì hầu như luôn sai. Bạn cần những lý do tốt và thậm chí tuyệt vời để làm ngơ hoặc bất chấp quan điểm thông thường, đại chúng. Đó chính là văn hóa của bạn. Nó là cây sồi vĩ đại. Bạn vắt vẻo trên những cành cao của nó. Nếu cành cây gãy, đó sẽ là một cú rơi dài - có lẽ cao hơn bạn nghĩ. Nếu đang đọc quyển sách này thì hẳn bạn là một người có được đặc quyền. Bạn

có thể đọc. Bạn có thời gian để đọc. Bạn vắt vẻo những tầng mây cao. Phải mất biết bao thế hệ để bạn lên được đó. Bạn nên có đôi chút biết ơn. Nếu bạn vẫn sẽ uốn cong thế giới theo cách của mình, thì tốt hơn hết bạn nên có lý do. Nếu bạn vẫn sẽ giữ vững lập trường, thì tốt hơn hết bạn nên có lý do. Tốt hơn bạn nên suy nghĩ thấu đáo. Nếu không, có thể bạn sẽ lâm vào tình cảnh rất khó khăn. Bạn nên làm theo những gì người khác làm, trừ khi bạn có một lý do cực tốt để không làm thế. Nếu bạn đang đứng trong vết bánh xe, thì chí ít bạn cũng biết rằng những người khác đã đi qua con đường này rồi. Đi mãi rồi sẽ thành đường. Và trên sa mạc, bên ngoài con đường chỉ có lũ cướp đường và lũ quái vật chực chờ.

Thế nên hãy lên tiếng thật khôn ngoan.

NGƯỜI BIẾT LẮNG NGHE

Một người biết lắng nghe có thể phản ánh lại đám đông. Anh ta có thể làm điều đó mà không cần lên tiếng. Anh ta có thể làm điều đó chỉ bằng cách để người đang nói lắng nghe mình. Đó là những gì Freud khuyến nghị. Ông cho các bệnh nhân nằm trên trường kỷ, nhìn lên trần nhà, để tâm trí của họ bay bổng, rồi nói về bất kỳ điều gì chợt đến. Đó là phương pháp của ông: *Liên tưởng tự do*. Đó là cách mà nhà phân tâm học theo thuyết Freud tránh chuyển giao những thiên kiến và ý kiến cá nhân của chính họ vào thế giới bên trong của bệnh nhân. Vì những lý do như thế mà Freud không đối diện với bệnh nhân của mình. Ông không muốn sự thiền định tự phát của họ bị thay đổi bởi những biểu hiện cảm xúc của ông, dù nhẹ thế nào. Ông đã lo ngại một cách chính đáng rằng ý kiến riêng của mình - và tệ hơn là những vấn đề còn dang dở của ông - đã phản ánh một cách không thể kiểm soát trong cách hồi đáp và phản ứng của ông, dù cố ý hay vô ý.

ông sợ rằng mình sẽ tác động theo hướng bất lợi đến sự phát triển của bệnh nhân. Cũng vì những lý do này mà Freud nhấn mạnh rằng các nhà phân tâm học phải phân tích lẫn nhau. Ông muốn những người thực hiện phương pháp của mình phát hiện và loại bỏ một số điểm mù và định kiến tồi tệ nhất của họ, để không hành động sai lệch. Freud có một quan điểm. Xét cho cùng, ông là một thiên tài. Bạn có thể nói chính vì thế mà mọi người ghét ông ấy. Nhưng có những nhược điểm đối với phương pháp tách biệt và phần nào xa cách mà Freud khuyến nghị. Nhiều người tìm kiếm liệu pháp như mong muốn và cần có một mối quan hệ gần gũi hơn, cá nhân hơn (mặc dù như thế cũng nguy hiểm). Đây là một phần lý do tôi áp dụng cách thức của mình trong đối thoại thay vì phương pháp của Freud - cách mà hầu hết các nhà tâm lý học lâm sàng đang áp dụng.

Để khách hàng thấy được phản ứng của tôi là điều rất đáng. Để bảo vệ họ khỏi những ảnh hưởng quá mức có thể sinh ra, tôi tìm cách đặt mục tiêu của mình sao cho đúng cách, để phản hồi của tôi xuất hiện từ động cơ thích hợp. Tôi làm những gì tốt nhất có thể cho họ (dù đó có thể là gì). Tôi cũng cố gắng hết sức để làm được điều tốt nhất là đủ rồi (vì đó là một phần của việc mong muốn điều tốt nhất cho khách hàng). Tôi cố gắng gột sạch tâm trí mình và gạt những mối bận tâm riêng sang một bên. Bằng cách đó, tôi vừa tập trung vào những điều tốt nhất cho khách hàng, đồng thời vừa cảnh giác với bất kỳ tín hiệu nào mà tôi có thể hiểu nhầm là điều tốt nhất. Đó là thứ gì đó cần phải được thương lượng chứ không do tôi mặc định. Đó là điều cần phải được kiểm soát rất cẩn thận để làm dịu bớt rủi ro của sự tương tác gần gũi, cá nhân. Khách hàng nói và tôi lắng nghe. Đôi khi, tôi phản hồi. Thường thì phản hồi của tôi khá tinh tế, thậm chí là không bằng lời. Khách hàng và tôi ngồi đối mặt với nhau. Chúng tôi giao

tiếp bằng mắt và có thể thấy được biểu cảm của nhau. Họ có thể quan sát thấy ảnh hưởng từ lời nói của họ lên tôi và tôi cũng có thể quan sát thấy ảnh hưởng từ lời nói của tôi lên họ. Họ có thể phản hồi lại những phản hồi của tôi.

Một khách hàng của tôi có thể nói rằng: "Tôi ghét vợ mình." Lời đã nói ra thì không rút lại được. Nó lơ lửng trên không. Nó đã xuất hiện từ cõi âm, hóa thành vật chết từ sự hỗn loạn và tự hiển lộ mình. Nó dễ nhận biết, cụ thể và không còn dễ bị bỏ qua. Nó có thực. Người nói thậm chí còn tự giật mình. Anh ta nhìn thấy điều tương tự phản ánh trong mắt của tôi. Anh nhận thấy điều đó và tiếp tục tỉnh táo. Anh vội nói: "Khoan đã. Như thế thì có lẽ hơi quá. *Đôi khi* tôi có ghét vợ mình. Tôi ghét những khi cô ấy không nói cho tôi biết mình muốn gì. Mẹ tôi cũng như thế suốt và điều đó khiến cha tôi phát điên. Thực ra thì nó khiến tất cả chúng tôi phát điên. Nhưng nó cũng khiến mẹ tôi phát điên luôn! Bà ấy là một người tốt, nhưng lại rất hay giận hờn. Ít ra vợ tôi không tệ như mẹ tôi. Không hề. Khoan đã! Tôi đoán là vợ tôi thực ra khá giỏi trong việc nói cho tôi biết cô ấy muốn gì, nhưng tôi rất phiền lòng khi cô ấy không làm thế, vì mẹ tôi đã tra tấn tất cả chúng tôi đến ngưỡng sống dở chết dở như kẻ tử vì đạo. Điều đó thực sự ảnh hưởng đến tôi. Có lẽ tôi đã phản ứng thái quá khi điều đó xảy ra dù chỉ một chút. Này! Tôi đang hành động hệt như bố tôi khi mẹ giận ông! Đó không phải là tôi. Điều đó không liên quan gì đến vợ tôi hết! Tốt hơn tôi nên cho cô ấy biết." Từ tất cả những điều này, tôi xét thấy rằng khách hàng của tôi trước đây đã thất bại trong việc phân biệt vợ với mẹ mình một cách chính xác. Và tôi thấy rằng anh ta bị tinh thần của cha mình chiếm hữu một cách vô thức. Anh ấy cũng nhận thấy tất cả những điều đó. Giờ anh ta đã biết phân biệt hơn đôi chút, bớt thô thiển và

giấu mình hơn đôi chút. Vết rạch trong văn hóa của anh đã được khâu liền lại. Anh nói: "Đó là một buổi trị liệu thành công đấy bác sĩ Peterson." Tôi gật đầu. Bạn có thể rất khôn ngoan chỉ nhờ im lặng.

Tôi là một đối tác và đối thủ ngay cả khi không nói chuyện. Tôi không làm khác được. Biểu cảm của tôi bao trùm những phản hồi của chính tôi, dù chúng tinh tế thế nào. Thế nên, tôi đang giao tiếp - đúng như Freud đã nhấn mạnh - ngay cả khi im lặng. Nhưng tôi cũng phải lên tiếng trong các buổi khám của mình. Làm sao tôi biết khi nào mình nên nói điều gì đó? Đầu tiên, như đã nói, tôi đặt mình vào một khung tư duy thích hợp. Tôi nhắm đúng mục đích. Tôi muốn mọi thứ tốt đẹp hơn. Tâm trí tôi tự hướng nó theo mục tiêu này. Nó cố gắng sinh ra những phản hồi trong cuộc hội thoại trị liệu nhằm xúc tiến mục tiêu ấy. Tôi quan sát những gì diễn ra từ bên trong. Tôi truyền đạt những phản hồi của mình. Đó là quy tắc đầu tiên. Ví dụ, đôi khi khách hàng sẽ nói điều gì đó, và một ý nghĩ sẽ đến với tôi, hoặc một ảo tưởng sẽ thoáng qua tâm trí tôi. Thường sẽ là một điều gì đó mà chính khách hàng này đã nói vào đầu ngày, hoặc trong một phiên khám trước. Sau đó, tôi nói với khách hàng về suy nghĩ hoặc ảo tưởng ấy của tôi. Tôi nói với vẻ vô tư: "Anh đã nói ra điều này và tôi nhận thấy mình đã ý thức được nó." Rồi chúng tôi thảo luận về nó. Chúng tôi cố gắng xác định sự thỏa đáng trong ý nghĩa của phản ứng mà tôi biểu lộ. Đôi khi có lẽ là do tôi. Đó là quan điểm của Freud. Nhưng có khi nó chỉ là phản ứng của một con người tách biệt nhưng có thiện ý với một tuyên bố thể hiện bản thân của một con người. Điều ấy rất có ý nghĩa - lắm lúc còn mang hàm ý sửa đổi. Nhưng thi thoảng chính tôi lại bị "chỉnh".

Bạn phải giao thiệp tốt với người khác. Một nhà trị liệu là một trong số những người khác đó. Một nhà trị liệu giỏi sẽ nói cho bạn nghe sự thật về

những điều anh ta nghĩ. (Không giống với việc nói cho bạn nghe anh ta nghĩ sự thật là gì.) Chí ít thì bạn cũng biết được ý kiến thành thật nhất của ít nhất một người. Không dễ để có được điều đó. Điều đó không hề vô nghĩa. Đó là chìa khóa cho quá trình trị liệu tâm lý: Hai người kể cho nhau nghe sự thật - và cả hai cùng lắng nghe nhau.

BẠN NÊN LẮNG NGHE NHƯ THẾ NÀO?

Carl Rogers, một trong những nhà tâm lý trị liệu vĩ đại của thế kỷ XX, hiểu biết điều gì đó về việc lắng nghe. Ông viết: "Đại đa số chúng ta không biết cách lắng nghe; chúng ta nhận thấy mình bị buộc phải đánh giá vì việc lắng nghe quá nguy hiểm. Yêu cầu đầu tiên là lòng can đảm và không phải lúc nào chúng ta cũng có nó." Ông biết rằng việc lắng nghe có thể biến đổi con người. Về việc này, Rogers nhận xét: "Một số bạn có thể cảm thấy mình lắng nghe mọi người rất tốt, nhưng chưa bao giờ thấy được kết quả ấy. Rất có thể cách lắng nghe của bạn không giống với kiểu mà tôi đã mô tả." Ông khuyên độc giả của mình hãy tiến hành một thí nghiệm ngắn khi họ nhận thấy mình trong một cuộc tranh chấp sắp tới: "Hãy ngừng thảo luận một lúc rồi tiến hành quy tắc sau: 'Mỗi người chỉ được lên tiếng sau khi đã nhắc lại chính xác quan điểm và cảm xúc của người nói trước đó, cũng như sự hài lòng của người nói.'" Tôi nhận ra kỹ thuật này rất hữu ích trong cuộc sống cá nhân và sinh hoạt của mình. Tôi thường xuyên tóm tắt lại những gì mọi người nói với mình và hỏi họ xem liệu tôi đã hiểu đúng hay chưa. Đôi khi họ chấp nhận lời tóm tắt của tôi. Đôi khi tôi nhận được một sự chỉnh sửa nhỏ. Có lúc tôi lại sai hoàn toàn. Thật tốt khi biết được những điều ấy.

Quá trình tóm tắt này sẽ đem đến một số lợi thế chính yếu. Lợi thế

đầu tiên là tôi thực sự hiểu được một người đang nói gì. Về việc này, Rogers lưu ý: "Nghe có vẻ đơn giản đúng không? Nhưng nếu thử, bạn sẽ khám phá ra đó là một trong những việc khó khăn nhất mà bạn từng cố gắng làm. Nếu bạn thực sự hiểu được một người theo cách này, nếu bạn sẵn sàng bước vào thế giới riêng của anh ta và thấy được cuộc sống hiện lên trước mắt anh ta như thế nào, bạn sẽ có nguy cơ thay đổi bản thân mình. Bạn có thể thấy sự việc theo cách mà anh ta thấy, bạn có thể thấy mình bị ảnh hưởng qua thái độ hay tính cách của bản thân. Khả năng bị thay đổi này là một trong những triển vọng đáng sợ nhất mà đa số chúng ta có thể phải đối mặt." Quả là những lời lẽ hữu ích nhất từng được viết ra.

Lợi thế thứ hai từ hành động tóm tắt là nó hỗ trợ một người, củng cố và phát huy lợi ích của ký ức. Hãy xét tình huống sau: Một khách hàng trong nghề của tôi thuật lại một câu chuyện dài, vòng vo và đầy cảm xúc về một giai đoạn khó khăn trong đời mình. Chúng tôi cùng tóm tắt qua lại. Câu chuyện kể trở nên ngắn hơn. Giờ nó đã được tóm gọn trong trí nhớ của khách hàng (và của tôi) theo hình thức mà chúng tôi đã thảo luận. Nó giờ trở thành một ký ức khác trên nhiều phương diện - và nếu may mắn sẽ là một ký ức *tốt hơn*. Nó giờ đã bớt nặng nề. Nó giờ đã được đúc kết chỉ còn ý chính. Chúng tôi đã rút ra bài học luân lý của câu chuyện. Nó trở thành một bản mô tả về nguyên nhân và hệ quả của điều đã xảy ra, được thiết lập sao cho việc tái hiện những bi kịch và nỗi đau trở nên ít xảy ra hơn trong tương lai. "Đây là những gì đã xảy ra. *Đây* là lý do. Và *đây* là những gì tôi phải làm để tránh những chuyện tương tự từ bây giờ": Đó là một ký ức thành công. Đó là mục đích của ký ức. Xin nhắc lại, bạn nhớ đến quá khứ không phải như một "bản ghi chép chính xác" mà là để chuẩn bị cho tương lai.

Lợi thế thứ ba khi vận dụng phương pháp của Rogers là khó khăn mà nó đặt ra đối với việc xây dựng những lập luận cẩu thả kiểu "ngụy biện rơm". Khi ai đó phản đối bạn, bạn rất dễ bị thôi thúc phải đơn giản hóa quá mức, nhại lại hoặc bóp méo quan điểm của người ấy. Đây là một trò phản tác dụng, nhằm gây tổn hại cho người bất đồng ý kiến và nâng cao vị thế cá nhân của bạn một cách bất công. Ngược lại, nếu bạn được yêu cầu tóm tắt quan điểm của một ai đó để người nói đồng tình với sự tóm tắt ấy, thì bạn có lẽ phải khẳng định lập luận một cách rõ ràng và súc tích hơn chính người nói - điều mà họ chưa làm được. Nếu ban đầu bạn đối xử hợp lẽ với những kẻ không xứng đáng (đưa cho ác quỷ thứ mà hắn được hưởng), xem xét lập luận từ lập trường của người ấy, bạn có thể (1) tìm thấy giá trị trong họ và học hỏi được điều gì đó trong quá trình này, hoặc (2) cải thiện quan điểm của mình so với họ (nếu bạn vẫn tin rằng họ sai) và củng cố thêm lập luận của mình để tiếp tục đối phó với chất vấn. Điều này sẽ giúp bạn mạnh mẽ hơn nhiều. Sau đó, bạn sẽ không còn phải xuyên tạc quan điểm của đối phương nữa (và rất có thể đã khỏa lấp được một phần khoảng cách giữa hai người). Bạn cũng sẽ kháng cự lại những hoài nghi của chính mình tốt hơn nhiều.

Đôi khi phải mất một thời gian dài để bạn hiểu ra những gì một người muốn nói khi họ đang nói. Điều này thường xảy ra khi họ diễn đạt ý kiến của mình lần đầu tiên. Họ không thể làm điều đó mà không dạo bước đến những ngõ cụt, hoặc đưa ra các tuyên bố gây tranh cãi hay thậm chí vô nghĩa. Điều này một phần vì việc nói (và suy nghĩ) thường thiên về quên đi hơn là ghi nhớ. Để thảo luận về một sự việc, đặc biệt nếu thiên về cảm xúc như cái chết hoặc bệnh tình nghiêm trọng, thì bạn phải bình tĩnh chọn lọc những gì mình cần phải nói. Nhưng khi bắt đầu, có nhiều thứ không

cần thiết cũng phải được đưa vào lời nói. Người nói - đầy cảm xúc - phải thuật lại toàn bộ trải nghiệm thật chi tiết. Chỉ khi ấy, câu chuyện, nguyên nhân và hệ quả trọng tâm mới được chú trọng và củng cố. Chỉ khi ấy, luân lý của câu chuyện mới được sinh ra.

Hãy hình dung ai đó đang cầm một xấp tiền 100 đô-la, trong đó có vài tờ là tiền giả. Mọi tờ tiền phải được trải ra hết trên bàn, để ai cũng nhìn thấy và nhận ra bất kỳ sự khác biệt nào, trước khi những tờ tiền thật được tách ra khỏi những tờ giả. Đây là kiểu tiếp cận có phương pháp mà bạn phải thực hiện mỗi khi thực sự lắng nghe ai đó đang cố giải quyết một vấn đề, hoặc truyền đạt điều gì đó quan trọng. Nếu chỉ vì biết rằng một số tờ tiền là giả mà bạn cứ thế vứt hết chúng đi (như thể bạn đang vội hoặc không muốn bỏ công), thì người kia sẽ không bao giờ học được cách phân biệt giữa hạt mì với trấu.

Thay vì thế, nếu bạn lắng nghe mà không vội phán xét, thì nhìn chung mọi người sẽ kể cho bạn nghe mọi điều mà họ đang suy nghĩ - với rất ít sự giả dối. Họ sẽ kể cho bạn nghe những điều tuyệt vời, ngớ ngẩn hay thú vị. Hầu như chẳng có cuộc trò chuyện nào của bạn bị nhàm chán. (Thực ra bằng cách này, bạn sẽ biết ngay mình có đang thực sự lắng nghe hay không. Và nếu cuộc trò chuyện nhàm chán, thì có lẽ bạn đang không lắng nghe rồi.)

SỰ THỐNG TRỊ - VIỆN ĐẾN CẤP BẬC - VÀ TÀI HÓM HỈNH CỦA LOÀI LINH TRƯỞNG

Không phải mọi lời nói đều từ suy nghĩ. Không phải mọi sự lắng nghe đều thúc đẩy thay đổi. Có nhiều động cơ khác cho cả hai hành động trên, mà một số sẽ cho kết quả với giá trị thấp hơn nhiều, hoặc phản tác dụng

hay thậm chí nguy hiểm. Ví dụ, có một cuộc đối thoại mà một bên tham gia chỉ nói để thiết lập hoặc xác nhận vị trí của mình trong hệ thống phân cấp thống trị. Người ấy sẽ bắt đầu bằng cách kể một câu chuyện về một dịp thú vị nào đó - gần đây hoặc trước kia - liên quan đến điều gì đó tốt, xấu hoặc bất ngờ đủ để đối phương cảm thấy đáng để lắng nghe. Người còn lại, giờ đã lo rằng về vị thế có khả năng thua kém của họ - tức một người kém thú vị hơn - sẽ lập tức nghĩ đến những điều khác tốt hơn, xấu hơn hoặc bất ngờ hơn để thuật lại. Đây không phải là một trong những tình huống mà hai bên tham gia đối thoại đều thành thật đối đáp với nhau, hay cùng tung hứng về một chủ đề để làm vui lòng cả hai (và tất cả những người khác). Đây chỉ là mánh khóe chiếm thế thượng phong không hơn không kém. Bạn sẽ biết ngay khi một cuộc trò chuyện như thế diễn ra. Chúng thường đi kèm với cảm giác ngượng ngập chung ở người nói lẫn người nghe; cả hai đều biết rằng họ đã nói ra điều gì đó không đúng hoặc phóng đại.

Còn một dạng đối thoại theo kiểu liên minh chặt chẽ khác mà đôi bên chẳng thèm lắng nghe nhau dù chỉ một chút. Thay vào đó, mỗi bên đều tranh thủ khoảng thời gian mà họ đang nói để khơi gợi về điều mà họ sắp nói đến, mà thường lạc đề, vì người đang sốt ruột chờ được nói không hề lắng nghe. Điều này có thể và sẽ khiến cho cả mạch hội thoại có một khoảng lặng đến rùng mình. Lúc này, người tham gia thường sẽ không nói gì và thỉnh thoảng nhìn nhau một cách hơi xấu hổ, cho đến khi tất cả rời đi, hoặc có ai đó nghĩ đến điều gì đó dí dỏm và kết nối lại mạch chuyện với nhau.

Tiếp đến là một cuộc đối thoại mà một người tham gia luôn cố gắng giành phần thắng cho quan điểm của mình. Đây là một biến thể khác của

cuộc trò chuyện phân cấp thống trị. Trong một cuộc đối thoại thế này, vốn thường hướng đến ý thức hệ, người nói sẽ nỗ lực để (1) xem thường hoặc chế nhạo quan điểm của bất cứ ai đang nắm giữ quan điểm trái ngược với họ, (2) sử dụng bằng chứng chọn lọc khi làm điều đó và cuối cùng là (3) gây ấn tượng với người nghe (nhiều người trong số này đã tiếp nhận cùng ý thức hệ với họ) với sự thực từ những lời quả quyết của mình. Mục đích của cuộc đối thoại là đạt được sự ủng hộ cho một thế giới quan toàn diện, duy nhất và đơn giản thái quá. Và do đó, mục đích của cuộc đối thoại là khiến cho tình huống nói mà *không nghĩ* là đường lối đúng đắn. Người đang nói theo cách này tin rằng việc cố gắng chiến thắng trong tranh luận sẽ khiến anh ta nói đúng và làm thế là điều cần thiết xác thực cấu trúc giả định của hệ thống phân cấp thống trị liên hệ nhiều nhất đến người ấy. Điều này thường - và không quá ngạc nhiên - là thứ bậc để người ấy đạt được thành công cao nhất, hoặc thứ bậc mà người đó gắn liền một cách thất thường nhất. Hầu như tất cả các cuộc thảo luận liên quan đến chính trị hoặc kinh tế đều diễn ra theo hướng này, trong đó mỗi người tham gia cố biện minh cho những quan điểm cố định, *tiên nghiệm* thay vì cố học hỏi điều gì đó hoặc tiếp thu một khuôn khổ khác (ngay cả đối với những điều mới mẻ). Chính vì lý do này mà người bảo thủ cũng như khai phóng tin rằng quan điểm của họ là hiển nhiên, đặc biệt khi chúng trở nên cực đoan hơn. Do những giả định có cơ sở thất thường ấy mà một kết luận dễ đoán sẽ xuất hiện - nhưng chỉ khi bạn phớt lờ một thực tế là bản thân các giả định ấy đều dễ thay đổi.

Những cuộc đối thoại này rất khác với kiểu đối thoại lắng nghe. Khi một cuộc đối thoại lắng nghe đúng nghĩa diễn ra, sẽ có một người nói và những người khác lắng nghe. Người nói được trao cơ hội để nghiêm túc

thảo luận về một sự việc nào đó, thường không vui hoặc thậm chí bi thảm. Những người khác sẽ phản ứng với sự cảm thông. Những cuộc đối thoại này quan trọng vì người nói đang sắp xếp sự việc rắc rối trong tâm trí họ trong khi đang thuật lại câu chuyện. Đây là một sự thật quan trọng đáng để tôi nhắc lại: Mọi người sắp xếp tâm trí họ bằng cách đối thoại. Nếu không có ai để họ kể lại câu chuyện, họ sẽ mất trí. Giống như những người nghiện tích trữ, họ không thể tự đả thông bản thân. Cần có sự tham gia của cộng đồng để đảm bảo cho tính toàn vẹn của tâm trí cá nhân. Nói cách khác: Cần cả một ngôi làng để sắp xếp lại một bộ óc.

Phần lớn những gì chúng ta xem là chức năng thần kinh lành mạnh là kết quả từ khả năng vận dụng phản ứng của người khác để giữ cho bản thể phức tạp của chúng ta hoạt động tốt. *Chúng ta bàn giao những vấn đề cần sự minh mẫn của mình cho bên ngoài*. Đây chính là lý do trách nhiệm căn bản của các bậc phụ huynh là dạy bảo con cái sống sao cho vừa lòng người. Nếu một người có hành vi mà những người khác chịu đựng được, thì tất cả những gì người đó phải làm chỉ là tự đặt mình vào một bối cảnh xã hội nhất định. Rồi mọi người sẽ ngụ ý rằng - bằng cách tỏ vẻ quan tâm hoặc chán ngán những gì anh ta nói, cười hoặc không cười trước những câu đùa của anh ta, hoặc trêu chọc và chế nhạo, hoặc chỉ cần một cái nhướn mày - bất kể những hành động và lời nói của anh ta đều nên diễn ra như thế. Mọi người luôn phổ biến cho tất cả những người khác khao khát được diện kiến lý tưởng của họ. Chúng ta thưởng phạt nhau chính xác đến độ mà mỗi người chúng ta luôn duy trì khao khát ấy - tất nhiên là ngoại trừ lúc chúng ta tự tìm kiếm rắc rối.

Những câu trả lời đầy cảm thông được bày tỏ trong một cuộc đối thoại đúng nghĩa ngụ ý rằng người kể chuyện được xem trọng và câu chuyện

được kể là quan trọng, nghiêm túc, dễ hiểu và đáng được xem xét. Nam giới và nữ giới thường hiểu lầm nhau khi các cuộc hội thoại này chỉ tập trung vào một vấn đề cụ thể. Nam giới thường bị buộc tội muốn "khắc phục mọi thứ" quá sớm trong một cuộc thảo luận. Điều này khiến cho nam giới chán nản vì họ thích giải quyết vấn đề và làm điều đó một cách hiệu quả; và thực ra họ cũng được phụ nữ thường xuyên triệu đến chính vì mục đích này. Tuy nhiên, có lẽ sẽ dễ cho các độc giả nam của tôi hiểu được rõ hơn vì sao việc này không hiệu quả, nếu họ có thể nhận ra rồi nhớ rằng trước khi một vấn đề được giải quyết, nó phải được hình thành một cách chính xác. Phụ nữ thường có khuynh hướng thành lập vấn đề khi họ thảo luận điều gì đó và họ cần được lắng nghe - thậm chí được hỏi lại - để giúp họ đảm bảo sự rõ ràng trong quá trình kiến thiết vấn đề. Sau đó, bất kỳ vấn đề nào còn tồn đọng, nếu có, có thể được giải quyết một cách hữu ích. (Cũng cần lưu ý rằng việc giải quyết vấn đề quá sớm ngay từ đầu có thể chỉ đơn thuần biểu lộ mong muốn thoát khỏi việc nỗ lực cho một cuộc đối thoại hình thành vấn đề.)

Một biến thể khác của đối thoại là bài giảng. Một bài giảng - ngạc nhiên thay - chính là một cuộc trò chuyện. Các giảng viên truyền dạy, nhưng thính giả giao tiếp với ông ấy hoặc bà ấy bằng ngôn ngữ không lời. Một lượng tương tác lớn đến đỗi ngạc nhiên của con người - ví dụ như phần lớn việc truyền đạt thông tin cảm xúc - đều diễn ra theo hướng này thông qua thể hiện điệu bộ và cảm xúc trên khuôn mặt (như chúng ta đã lưu ý trong phần thảo luận về Freud). Một giảng viên giỏi không chỉ truyền đạt sự thật (phần có lẽ ít quan trọng nhất trong một bài giảng), mà còn kể được những câu chuyện liên quan đến các sự thật ấy, trình bày chúng chính xác ở mức độ lĩnh hội của thính giả và đo lường bằng sự quan

tâm mà họ thể hiện. Câu chuyện mà ông ấy hoặc bà ấy đang kể phải truyền đạt cho các thành viên đang lắng nghe không chỉ sự thật là gì, mà cả *lý do* chúng liên quan - vì sao việc họ cần biết về những vấn đề nhất định lại quan trọng, trong khi chúng đang bị phớt lờ. Để chứng minh tầm quan trọng của một tập hợp sự thật, ta phải cho các thành viên này biết rằng tri thức ấy có thể thay đổi hành vi của họ ra sao, hoặc ảnh hưởng đến cách họ diễn giải thế giới thế nào; để giờ đây họ có thể tránh được một số trở ngại và tiến nhanh hơn đến những mục tiêu tốt hơn.

Do đó, một giảng viên giỏi sẽ giảng dạy *cùng*, chứ không phải *lấn át* hay thậm chí *cho* người nghe. Để làm được điều này, giảng viên cần phải cực kỳ chú ý đến từng cử động, điệu bộ và âm thanh của thính giả. Nói thẳng thì *ta không thể làm được điều này nếu chỉ quan sát thính giả như thế*. Một giảng viên giỏi sẽ nói thẳng vào vấn đề và quan sát phản ứng của từng người xác định[53], thay vì làm điều gì đó rập khuôn như "thuyết trình" cho thính giả. Cụm từ đó sai hoàn toàn. Bạn không thuyết trình, mà bạn nói. Không có gì gọi là "một cuộc trò chuyện" trên đời này, trừ khi nó bị gượng ép và không nên như vậy. Và cũng chẳng có "thính giả". Chỉ có *những cá nhân* cần được bao hàm trong cuộc trò chuyện. Một diễn giả trước công chúng giỏi và có năng lực sẽ giao tiếp với một người duy nhất xác định, quan sát người ấy gật đầu, lắc đầu, cau mày hoặc tỏ ra bối rối, đồng thời phản ứng lại một cách phù hợp và trực tiếp đối với những cử chỉ và biểu cảm ấy. Và sau khi nói vài câu, khoanh vùng một ý tưởng nào đó, anh ấy sẽ chuyển sang một thính giả khác và làm điều tương tự. Theo cách này, anh ta sẽ suy luận và phản ứng với thái độ của cả nhóm (nếu tồn tại một nhóm như thế).

Vẫn còn những cuộc đối thoại khác được thực hiện chủ yếu như minh

chứng của sự dí dỏm. Những yếu tố này cũng có yếu tố thống trị, nhưng mục tiêu là trở thành diễn giả thú vị nhất (một thành tựu mà bất kỳ ai tham gia đều yêu thích). Mục đích của những cuộc đối thoại này, giống như một người bạn dí dỏm của tôi từng nhận xét, là để nói "bất cứ điều gì vừa đúng vừa vui nhộn". Vì sự thật và khiếu hài hước thường là đồng minh khắng khít của nhau, nên sự kết hợp ấy sẽ hiệu quả. Tôi nghĩ đây có thể là một cuộc trò chuyện của giới viên chức trí thức. Tôi đã tham gia vào nhiều cuộc võ mồm nhằm mỉa mai, chấm biếm, xúc phạm và những cuộc giao lưu hài hước cực đỉnh với những người cùng tôi trưởng thành tại miền Bắc Alberta và sau này là những lính biệt kích hải quân SEAL mà tôi gặp tại California, vốn là bạn bè của một tác giả mà tôi quen biết - một người chuyên viết truyện hư cấu kinh dị ăn khách. Họ cực kỳ vui vẻ khi nói về bất cứ điều gì, bất kể điều ấy kinh khủng dấn đâu, miễn là nó buồn cười.

Tôi đã tham dự lễ kỷ niệm sinh nhật lần thứ 40 của nhà văn này cách đây không lâu tại Los Angeles (LA). Anh đã mời một trong những người lính hải quân SEAL nói trên tham dự. Nhưng vài tháng trước, vợ nhà văn được chẩn đoán mắc một chứng bệnh nghiêm trọng, đòi hỏi phải phẫu thuật não. Anh đã gọi cho người bạn trong nhóm SEAL của mình, thông báo cho anh ấy biết về hoàn cảnh hiện tại và ám chỉ rằng sự kiện ấy có thể bị hủy. "Cậu nghĩ rằng chỉ có cậu gặp rắc rối thôi sao?", anh bạn này trả lời. "Tớ vừa mua vé máy bay không hoàn lại để bay đến bữa tiệc của cậu đấy nhé!" Không rõ bao nhiêu phần trăm dân số thế giới thấy được câu trả lời ấy buồn cười. Gần đây, tôi đã kể lại câu chuyện này cho vài người bạn mới quen và họ bị sốc lẫn kinh hãi hơn là buồn cười. Tôi đã cố gắng biện minh cho trò đùa đó như một ngụ ý về lòng tôn trọng mà chàng sĩ quan SEAL dành cho khả năng chịu đựng và vươn lên của hai vợ chồng để

vượt qua bi kịch. Nhưng tôi không thực sự thành công. Tuy nhiên, tôi tin rằng anh ta có ý thể hiện chính xác sự tôn trọng ấy, và tôi nghĩ anh ta là một người cực kỳ dí dỏm. Trò đùa của anh táo bạo, vô lối đến mức liều lĩnh và đó chính xác là điểm mà tiếng cười nghiêm túc nổ ra. Vợ chồng bạn tôi đã nhận ra lời khen trong câu nói ấy. Họ thấy rằng bạn mình đủ cứng rắn để chịu được sự hài hước ở cấp độ ấy - hãy gọi nó là khiếu hài hước cạnh tranh. Đó là bài kiểm tra tính cách mà họ đã vượt qua với kết quả mỹ mãn.

Tôi nhận thấy những cuộc trò chuyện như thế diễn ra ngày càng ít thường xuyên hơn, khi tôi chuyển từ trường đại học này sang đại học khác, khi leo lên những bậc cao hơn trên nấc thang học vấn và xã hội. Có lẽ đó không phải là vấn đề giai cấp, mặc dù tôi cũng nghi ngờ. Có lẽ là do tôi lớn tuổi hơn, hoặc trong đám bạn có người khởi đầu trễ hơn trong cuộc sống sau tuổi vị thành niên, thiếu sự cọ xát cạnh tranh khốc liệt và tính hay đùa ngoan cố của những mối ràng buộc kiểu bộ lạc thời trước. Khi tôi trở về quê nhà miền Bắc để tổ chức tiệc sinh nhật lần thứ 50 của mình, những người bạn cũ đã khiến tôi cười to đến mức tôi phải nhiều lần chui vào một căn phòng khác để lấy lại hơi. Những cuộc trò chuyện ấy là vui nhộn bậc nhất và tôi luôn nhớ về chúng. Bạn phải theo kịp, hoặc chấp nhận rủi ro là bị xúc phạm nghiêm trọng, nhưng không có gì thỏa mãn hơn là người tung ra những câu chuyện, trò đùa, lời lăng mạ hay nguyền rủa với tư cách "nghệ sĩ hài" cuối cùng. Chỉ có một quy luật thực sự được áp dụng: Đừng trở nên nhàm chán (mặc dù sẽ rất tệ nếu bạn *thực sự* dìm ai đó xuống dù chỉ *giả vờ* dìm họ xuống).

CUỘC TRÒ CHUYỆN DỌC ĐƯỜNG

Kiểu trò chuyện cuối, giống với lắng nghe, là một hình thức khám phá lẫn nhau. Nó đòi hỏi mối quan hệ qua lại thực sự giữa bên nói với bên nghe. Nó cho phép mọi người tham gia bày tỏ và sắp xếp những suy nghĩ của mình. Một cuộc trò chuyện khám phá lẫn nhau thường xoay quanh một chủ đề khá phức tạp về mối quan tâm thực sự của người tham gia. Mỗi người tham gia đều cố gắng giải quyết một vấn đề thay vì khăng khăng xác thực *một cách tiên nghiệm* về quan điểm của riêng họ. Tất cả đều hành động dựa trên một giả thiết rằng họ có điều gì đó để học hỏi. Kiểu trò chuyện này cấu thành một triết lý tích cực, tức hình thái suy nghĩ cao nhất và là sự chuẩn bị tốt nhất cho một lối sống đúng đắn.

Những người tham gia vào một cuộc trò chuyện như thế phải thảo luận về những ý tưởng mà họ thực sự sử dụng nhằm cơ cấu các nhận thức của mình, cũng như dẫn dắt cho hành động và lời nói. Sự tồn tại nơi họ phải có liên quan với triết lý của mình: Tức là họ phải sống theo nó, chứ không chỉ tin tưởng hay thấu hiểu nó. Họ cũng phải đảo ngược, chí ít là tạm thời, sự ưu ái điển hình của con người giữa trật tự với hỗn loạn (và ý tôi không phải là sự hỗn loạn điển hình của trò bạo loạn chống đối xã hội thiếu suy nghĩ). Các kiểu trò chuyện khác - ngoại trừ kiểu lắng nghe - đều tìm cách chống đỡ cho một trật tự hiện có. Ngược lại, một cuộc trò chuyện khám phá lẫn nhau sẽ yêu cầu mọi người quyết định rằng: "Cái chưa biết là người bạn giỏi giang hơn cái đã biết."

Xét cho cùng, bạn đã biết rõ những gì mình đã biết - và trừ khi cuộc sống của bạn hoàn hảo, những gì bạn biết không bao giờ là đủ. Bạn vẫn bị bệnh tật, sự tự lừa dối, nỗi bất hạnh, ác tâm, sự phản bội, sự tha hóa, nỗi đau và giới hạn đe dọa. Xét cho cùng, bạn là đối tượng của tất cả những yếu tố trên, vì bạn quá ngu dốt để tự bảo vệ mình. Chỉ cần hiểu biết đủ,

bạn sẽ có thể sẽ khỏe mạnh hơn và chân thành hơn. Bạn sẽ bớt phải chịu khổ hơn. Bạn có thể nhận ra, kháng cự lại và thậm chí chiến thắng ác tâm và cái xấu. Bạn sẽ không phản bội một người bạn, không hành xử sai trái và lọc lừa trong kinh doanh, chính trị hay tình yêu. Tuy nhiên, vốn hiểu biết hiện tại của bạn vừa không giúp bạn hoàn hảo, vừa không giữ được an toàn cho bạn. Vì vậy, nó quả thực không hề đầy đủ - hay đúng hơn là thiếu sót chí tử.

Bạn phải chấp nhận điều này trước khi có thể nói chuyện triết lý, thay vì thuyết phục, áp chế, chi phối hay thậm chí chọc cười. Bạn phải chấp nhận điều này trước khi có thể dung thứ cho một cuộc trò chuyện mà Ngôn từ của nó vĩnh viễn nằm giữa trật tự và hỗn loạn - nói theo kiểu triết lý là thế. Để có được kiểu trò chuyện này, bạn cần phải tôn trọng kinh nghiệm cá nhân của người đối thoại với mình. Bạn phải giả định rằng họ đã đi đến những kết luận cẩn trọng, thấu đáo, chính xác và chân thành (và có lẽ họ đã có hành động để biện minh cho giả định này). Bạn phải tin rằng nếu họ chia sẻ kết luận của mình với bạn, bạn có thể bỏ qua được chí ít chút khó nhọc khi phải tự mình học lấy điều tương tự (vì học hỏi từ kinh nghiệm của người khác có thể nhanh hơn và ít nguy hiểm hơn nhiều). Bạn cũng phải suy ngẫm thay vì chỉ vạch ra chiến lược hướng đến thắng lợi. Nếu không thể hoặc không chịu làm thế, vậy thì bạn chỉ đơn thuần và tự động lặp lại những gì mình đã sẵn tin, tìm kiếm sự xác thực cho nó và quả quyết rằng nó đúng đắn. Nhưng nếu suy ngẫm khi đang trò chuyện, thì bạn sẽ lắng nghe người khác và nói ra những điều mới mẻ, nguyên bản vốn có thể dấy lên từ thẳm sâu trong lòng họ.

Cứ như thể bạn đang lắng nghe chính mình trong một cuộc trò chuyện như thế và cũng giống như bạn đang lắng nghe người khác vậy. Bạn đang

mô tả cách bạn phản hồi lại thông tin mới do người nói truyền đạt. Bạn đang thuật lại những gì thông tin ấy tác động đến bạn - những điều mới ấy xuất hiện trong bạn là gì, nó đã thay đổi các định kiến của bạn thế nào, nó đã khiến bạn nghĩ đến những câu hỏi mới ra sao. Bạn nói trực tiếp những điều trên với người nói. Sau đó, chúng lại tác động tương tự đến họ. Theo cách này, cả hai sẽ cùng chuyển đến một nơi nào đó mới mẻ hơn, rộng lớn hơn và tốt đẹp hơn. Cả hai đều thay đổi, khi bạn để những định kiên lạc hậu của mình chết đi - như thể bạn lột bỏ lớp da cũ và để lớp da mới hồi phục.

Một cuộc trò chuyện như thế cũng chính là nỗi khao khát muốn biết sự thật - dựa vào cả hai người tham gia - thực sự được lắng nghe và nói ra. Đó là lý do nó hấp dẫn, quan trọng, thú vị và đầy ý nghĩa. Nhận thức về ý nghĩa ấy là tín hiệu từ những phần sâu xa, cổ xưa của Hữu thể trong bạn. Bạn đang ở nơi mình nên ở, với một chân đứng vững trong trật tự, còn chân kia dò dẫm duỗi ra để đặt lên sự hỗn loạn và cái chưa biết. Bạn đắm mình vào trong Đạo giáo và nương theo Sinh Đạo vĩ đại. Tại đó, bạn đủ vững vàng để được an toàn, nhưng cũng đủ linh hoạt để biến đổi. Tại đó, bạn đang cho phép những thông tin mới *mách bảo* bạn - để thấm nhuần sự ổn định của mình, để sửa đổi và cải thiện cấu trúc của nó, cũng như mở rộng địa hạt của nó. Những yếu tố cấu thành nên Hữu thể trong bạn có thể tìm thấy sự hình thành thanh nhã hơn. Một cuộc trò chuyện như thế sẽ đặt bạn vào cùng một vị trí như việc lắng nghe âm nhạc tuyệt vời đã đặt bạn vào đó vậy, và đa phần là với lý do tương tự. Một cuộc trò chuyện như thế sẽ đặt bạn vào cùng một vương quốc nơi các linh hồn nối kết với nhau và đó là một nơi có thực. Nó khiến bạn phải suy nghĩ: "Điều đó thực sự đáng giá. Chúng ta đã thật sự hiểu nhau." Chiếc mặt nạ được gỡ ra và những

người tìm kiếm thì được mặc khải.

Vì thế, hãy lắng nghe chính mình và những người mà bạn đang trò chuyện cùng. Sự thông thái của bạn không bao hàm tri thức mà bạn đã có, mà là sự truy cầu tri thức liên tục, cũng là hình thái trí tuệ cao nhất. Chính vì lý do này mà nữ tu sĩ ban Lời sấm Delphi thời Hy Lạp cổ đại chủ yếu chỉ nói về Socrates, người luôn tìm kiếm sự thật. Bà nói rằng ông là huyền thoại sống thông thái nhất, bởi ông biết mình chẳng biết gì cả.

Hãy tin rằng người mà bạn đang lắng nghe có thể biết điều gì đó mà bạn không biết.

QUY LUẬT 10

NHẬN THỨC CHÍNH XÁC VỀ BẢN THẢN VÀ THẾ GIỚI QUANH MÌNH

TẠI SAO CHIẾC MÁY TÍNH XÁCH TAY CỦA TÔI LẠI QUÁ LỖI THỜI?

BẠN THẤY GÌ khi nhìn vào một chiếc máy tính - chính xác hơn là máy tính xách tay của mình? Bạn thấy một chiếc hộp xám đen, phẳng và mỏng. Trừu tượng hơn, bạn thấy một thứ gì đó để nhập vào và xem thông tin. Nhưng ngay cả với nhận thức thứ hai, thì thứ mà bạn nhìn thấy khó có thể là một chiếc máy tính. Chiếc hộp màu xám đen ấy đang là một chiếc máy tính, ngay tại đây và ngay lúc này, và thậm chí có thể là một chiếc máy tính đắt tiền. Nhưng nó sẽ sớm trở thành thứ gì đó không còn giống máy tính nữa, đến mức thậm chí muốn cho đi cũng khó.

Trong vòng năm năm tới, chúng ta đều sẽ vứt bỏ máy tính xách tay của mình, dù chúng có thể vẫn đang hoạt động hoàn hảo - dù màn hình, bàn phím, chuột và kết nối Internet vẫn làm tốt nhiệm vụ, không chút sai sót nào. Sau 50 năm kể từ bây giờ, các máy tính xách tay ra đời vào đầu thế kỷ XXI sẽ trở thành những vật kỳ dị như công cụ khoa học bằng đồng vào cuối thế kỷ XIX. Những công cụ ấy giờ đây được xem như những món phụ tùng bí ẩn của thuật giả kim, được thiết kế để đánh giá các hiện tương mà chúng ta giờ đây không còn nhận ra sự tồn tại của chúng. Vậy làm sao

máy móc công nghệ cao - mỗi món đều có sức mạnh điện toán cao hơn toàn bộ chương trình không gian Apollo, lại mất hết giá trị chỉ trong khoảng thời gian ngắn như thế? Làm sao chúng có thể biến đổi từ những cỗ máy thú vị, hữu ích và nâng tầm đẳng cấp thành rác thải phức tạp nhanh đến như vậy? Đó là vì chính bản chất những nhận thức của chúng ta, cùng sự tương tác như vô hình giữa những nhận thức ấy với sự phức tạp căn bản của thế giới.

Máy tính xách tay của bạn là một nốt nhạc trong bản giao hưởng đang được một dàn nhạc khổng lồ đến mức không tưởng tượng nổi biểu diễn. Nó là một phần rất nhỏ của một tổng thể cực kỳ to lớn. Hầu hết năng lực mà nó có được đều trú trong lớp vỏ cứng. Nó duy trì chức năng chỉ nhờ vào một loạt những công nghệ khác đang vận hành hài hòa với nhau. Ví dụ, nó được cung cấp năng lượng từ một mạng lưới điện, với chức năng phụ thuộc vô hình vào sự ổn định của vô số những hệ thống vật lý, sinh học, kinh tế và tương tác giữa người với người vô cùng phức tạp. Các nhà máy sản xuất phụ tùng cho nó vẫn đang hoạt động. Hệ điều hành cho phép nó hoạt động dựa trên các phụ tùng ấy, chứ không phải những thứ khác chưa được tạo ra. Phần cứng hỗ trợ hình ảnh chạy thứ công nghệ đúng như kỳ vọng của những kẻ sáng tạo đang đăng nội dung của họ lên trang web. Chiếc máy tính xách tay của bạn đang giao tiếp với một hệ sinh thái cụ thể, nhất định bao gồm nhiều thiết bị và máy chủ khác.

Và cuối cùng, toàn bộ những điều này xảy ra là nhờ một yếu tố thậm chí còn vô hình hơn: khế ước xã hội của lòng tin - tức các hệ thống chính trị và kinh tế nền tảng kết nối trung thực với nhau, giúp biến mạng lưới điện đáng tin cậy thành hiện thực. Sự tương thuộc của bộ phận trong tổng thể, vốn dĩ vô hình trong những hệ thống hiệu quả, lại hiện lên rõ mồn một

trong những hệ thống hỏng hóc. Các hệ thống bao quanh với trật tự cao hơn - cho phép máy tính cá nhân ra đời - lại hầu như không tồn tại ở các quốc gia tham nhũng thuộc thế giới thứ ba[54]. Thế nên các đường dây điện, công tắc điện, ổ cắm điện và mọi thiết bị đầu vào khác đều ngụ ý một cách tràn trề hy vọng và cụ thể rằng: Một lưới điện như thế hẳn là không tồn tại hoặc đã hao mòn và thực ra chẳng đóng góp được gì cho việc cung cấp điện đến các nhà dân và nhà máy. Điều này khiến ta quan niệm về các thiết bị điện tử, cũng như các thiết bị khác hoạt động nhờ điện - về mặt lý thuyết - như những thiết bị chức năng cùng lắm là đáng thất vọng và tệ nhất là không thể có trên đời. Điều này một phần là do thiếu sót kỹ thuật: Các hệ thống chỉ là không hoạt động thôi. Nhưng cũng do một phần không hề nhỏ ở sự thiếu tin tưởng, vốn là đặc trưng của các xã hội suy thoái có hệ thống.

Nói theo cách khác: Những gì bạn nhận thức về máy tính của mình, chỉ là một chiếc lá nhỏ, trên một cái cây, nằm giữa một khu rừng - hoặc chính xác hơn là giống những ngón tay của bạn thoáng cọ vào chiếc lá ấy. Ta có thể hái một chiếc lá từ nhánh cây. Tóm lại, ta có thể hiểu nó như một thực thể đơn lẻ, tách rời - nhưng nhận thức ấy lại đi chệch hướng thay vì làm rõ vấn đề. Trong một vài tuần, chiếc lá sẽ mục nát và tan biến. Nó sẽ không còn tồn tại nếu không ở trên cây. Nó sẽ không thể tiếp tục tồn tại nếu không còn cái cây. Đó cũng là vị trí của những chiếc máy tính xách tay của chúng ta trong mối liên hệ với thế giới này. Có quá nhiều thứ trong chiếc máy tính trú ngụ bên ngoài ranh giới của chúng, nên các thiết bị có màn hình mà chúng ta đặt trong lòng chỉ có thể duy trì vẻ ngoài "giống chiếc máy tính" trong vài năm ngắn ngủi.

Hầu hết mọi thứ mà chúng ta thấy và nắm giữ đều giống như thế, mặc

dù chúng thường không thể hiện rõ ràng.

CÔNG CỤ, TRỞ NGẠI VÀ SỰ MỞ RỘNG RA THẾ GIỚI

Chúng ta đinh ninh rằng mình đã trông rõ những sự vật, sự việc khi nhìn vào thế giới, nhưng đó thực sự không phải cách chúng tồn tại. Các hệ thống nhận thức tiến hóa của chúng ta đã biến đổi một thế giới kết nối lẫn nhau, phức tạp trên nhiều cấp độ, mà chúng ta đang sống trong đó, thành những *thứ* mà tự chúng trở nên *hữu ích* (hoặc những thứ gây hại, cản đường). Đây là sự gia giảm cần thiết và thực tiễn của thế giới. Đây là sự biến đổi của tính phức tạp gần như vô hạn của vạn vật thông qua các chi tiết hạn hẹp chiếu theo mục đích của chúng ta. Đây là cách mà tính chính xác khiến cho thế giới biểu hiện theo hướng hợp lý. Nó hoàn toàn không giống việc nhận thức về các *vật thể*.

Chúng ta không nhìn thấy các thực thể vô giá trị để rồi gán cho chúng ý nghĩa nào đó. Chúng ta chỉ trực tiếp nhận thức được ý nghĩa nào đó. Chúng ta thấy sàn nhà để đi, thấy cánh cửa để ra vào và thấy chiếc ghế để ngồi lên. Chính vì lý do này mà ghế lười (beanbag) và gốc cây đều được xếp vào loại thứ hai (trực tiếp nhận thức được ý nghĩa), mặc dù theo khách quan thì chúng có rất ít điểm chung. Chúng ta thấy những hòn đá vì có thể ném chúng, trông thấy mây bởi mây có thể tạo mưa xuống chúng ta, thấy những quả táo để ăn và thấy những chiếc xe hơi của người khác cản đường rồi làm phiền ta. Chúng ta thấy những công cụ và trở ngại, chứ không phải sự vật và sự việc. Hơn nữa, chúng ta thấy các công cụ và trở ngại ở mức độ phân tích "thuận thiện", để khiến chúng trở nên hữu ích nhất (hoặc nguy hiểm nhất) dựa trên nhu cầu, khả năng và giới hạn nhận thức của chúng ta. Thế giới hé lộ với chúng ta như điều gì đó để chúng ta

tận dụng và vẽ lối vượt qua - chứ không phải là thứ gì đó đơn thuần.

Chúng ta thấy gương mặt của những người đang nói chuyện cùng mình, vì chúng ta cần giao tiếp và hợp tác với những người ấy. Chúng ta không thấy những cấu trúc hạ tầng vi mô, các tế bào, cơ quan nội bào, các phân tử và nguyên tử cấu tạo nên những tế bào của họ. Chúng ta cũng không nhìn thấy thế giới vĩ mô bao quanh họ, như người thân và bạn bè tạo nên các vòng tròn xã hội tức thì ở họ, nền kinh tế mà họ sống trong đó hay hệ sinh thái bao hàm tất cả những người này. Cuối cùng nhưng cũng không kém phần quan trọng, không phải lúc nào ta cũng trông thấy họ. Chúng ta thấy họ sống trong một hiện tại nhỏ hẹp, tức thời và lấn át, chứ không thấy họ được vây quanh bởi quá khứ và tương lai, vốn là phần quan trọng hơn của họ so với bất kỳ điều gì đang thể hiện rõ. Và ta phải nhìn theo cách này, nếu không sẽ bị choáng ngợp.

Khi nhìn vào thế giới, chúng ta chỉ nhận thức vừa đủ để các kế hoạch và hành động của mình được hiệu quả và để mình sống tiếp. Và rồi nơi chúng ta đang sống chính là thứ "vừa đủ" ấy. Đó là sự đơn giản hóa thế giới một cách triệt để, thiết thực và vô thức - và hầu như khiến ta không thể không nhầm lẫn nó với bản thân thế giới. Tuy nhiên, những sự vật chúng ta nhìn thấy không chỉ đơn giản tồn tại ở đó, trong thế giới này chỉ vì sự nhận thức trực tiếp, đơn giản của chúng ta[55]. Chúng tồn tại trong một mối quan hệ phức tạp và đa chiều với những sự vật khác, chứ không tách biệt, giới hạn và độc lập rõ ràng. Chúng ta nhận thức tính thiết thực từ chức năng của đồ vật thay vì chính chúng. Từ đó, ta khiến chúng trở nên đủ đơn giản để đủ hiểu chúng. *Chính vì lý do này mà chúng ta phải xác định chính xác mục tiêu của mình*. Nếu không, ta sẽ "chết đuối" trong sự phức tạp của thế giới này.

Điều này cũng đúng với những nhận thức của chúng ta về bản thân, về con người cá thể của mình. Chúng ta đinh ninh đã dừng lại ở bề mặt làn da của mình, dựa trên cách nhận thức như thế. Nhưng ta có thể suy nghĩ sâu hơn đôi chút về bản chất tạm thời của ranh giới này. Có thể nói rằng khi bối cảnh sống của mình thay đổi, chúng ta cũng sẽ dịch chuyển những gì nằm dưới lớp da ấy. Thậm chí, khi chúng ta làm những việc tưởng như đơn giản như nhặt lên một cái tuốc-nơ-vít, não bộ cũng sẽ tự động điều chỉnh "cái" nó xem là cơ thể để bao gồm thêm công cụ này. Chúng ta có thể cảm nhận đến tận cùng chiếc tuốc-nơ-vít theo đúng nghĩa đen. Khi vươn tay ra và nắm lấy chiếc tuốc-nơ-vít, chúng ta đã tự động bổ sung thêm chiều dài của nó. Ta có thể dò xét mọi ngóc ngách với điểm cuối mở rộng của nó và lĩnh hội những gì mình đang khám phá. Hơn thế, chúng ta ngay lập tức xem chiếc tuốc-nơ-vít đang nắm trong tay là tuốc-nơ-vít "của mình" và tự cho mình sở hữu nó. Chúng ta cũng làm điều tương tự với những công cụ phức tạp hơn mà mình sử dụng, trong những tình huống phức tạp hơn nhiều. Những chiếc xe hơi mà chúng ta điều khiển một cách tức thời và tự động cũng trở thành chính ta. Do vậy, khi ai đó đấm vào mui xe của ta khi ta ngáng lối anh ấy ở vạch băng qua đường, chúng ta sẽ xem đó là vấn đề cá nhân. Điều này không phải lúc nào cũng hợp lý. Song, nếu không có sự mở rộng bản thể gắn với máy móc ấy, chúng ta sẽ không thể nào lái nó.

Các ranh giới mở rộng của bản thân chúng ta cũng có thể bao gồm những người khác - như người thân, người yêu và bạn bè. Một người mẹ sẽ hy sinh bản thân cho những đứa con của mình. Liệu người cha, con trai hay vợ hoặc chồng của chúng ta có ít gắn liền với ta như chân tay không? Chúng ta có thể trả lời một phần bằng cách đặt câu hỏi: Chúng ta sẵn sàng

mất đi điều gì hơn? Chúng ta sẵn sàng hy sinh để tránh sự mất mát nào? Chúng ta tiến hành sự mở rộng vĩnh cửu này - tức cam kết trường tồn như thế - bằng cách đồng cảm với những nhân vật hư cấu xuất hiện trong những cuốn sách và bộ phim. Mọi bi kịch và thắng lợi của họ nhanh chóng thuộc về chính ta một cách đầy thuyết phục. Dù đang ngồi yên trên ghế, nhưng chúng ta vẫn luận ra hàng loạt thực tại thay thế khác nhau, mở rộng bản thân mình qua thực nghiệm và kiểm chứng nhiều hướng đi tiềm năng trước khi xác định hướng đi mà chúng ta thực sự áp dụng. Khi đắm chìm trong một thế giới hư cấu, ta thậm chí có thể trở thành những điều không "thực sự" tồn tại. Trong chớp mắt, trong đại sảnh thần kỳ của một rạp chiếu phim, chúng ta có thể trở thành những sinh vật huyền bí. Chúng ta ngồi trong bóng tối trước những hình ảnh lướt qua thật nhanh và trở thành những phù thủy, siêu anh hùng, người ngoài hành tinh, ma cà rồng, sư tử, tiên rừng hay những con rối gỗ. Chúng ta cảm nhận được mọi thứ mà họ cảm nhận và hạnh phúc khác thường khi trả giá cho đặc quyền này, ngay cả khi chúng ta trải qua nỗi u sầu, lo sợ hay kinh hoàng.

Một điều tương tự nhưng cực đoan hơn sẽ diễn ra khi chúng ta đồng cảm không phải với một nhân vật trong bộ phim hư cấu, mà là với một nhóm người trong một cuộc đấu. Hãy nghĩ chuyện gì sẽ xảy ra khi đội bóng yêu thích thắng hoặc thua một trận quan trọng trước đại kình địch. Bàn thắng quyết định chiến thắng sẽ khiến toàn bộ giới hâm mộ đồng loạt bật dậy và cùng reo hò, trước khi họ kịp suy nghĩ. Cứ như thể nhiều hệ thống thần kinh trực tiếp kết nối với trận đấu đang diễn ra trước mắt họ. Người hâm mộ xem chiến thắng hay thất bại của đội bóng họ yêu thích như là của chính họ vậy, thậm chí còn mặc áo thi đấu của những người hùng trong lòng mình, thường kỷ niệm các trận thắng và thua của họ hơn

hẳn bất kỳ sự kiện nào "thực sự" diễn ra trong cuộc sống đời thường. Sự đồng cảm này thể hiện rất sâu sắc - cả về mặt sinh hóa lẫn thần kinh. Ví dụ, những trải nghiệm thắng thua gián tiếp làm tăng hoặc giảm lượng nội tiết tố nam (testosterone) của những người hâm mộ "tham gia" vào cuộc đấu. Khả năng đồng cảm của chúng ta là điều thể hiện ở mọi cấp độ của Hữu thể.

Tương tự, khi xét đến mức độ của lòng ái quốc, đất nước không chỉ *quan trọng* với chúng ta, mà *chính là* bản thân ta. Thậm chí, ta sẵn sàng hy sinh toàn bộ những sinh mạng nhỏ nhoi trong cuộc chiến để giữ gìn sự toàn vẹn của đất nước. Trong lịch sử, tinh thần sẵn sàng hy sinh được xem là điều đáng ngưỡng mộ và dũng cảm, là một phần nghĩa vụ của con người. Nghịch lý thay, đó không phải hệ quả trực tiếp của lòng hiếu chiến, mà là của tính chan hòa cao độ và sự sẵn lòng hợp tác của ta. Nếu chúng ta không chỉ là bản thân mình mà còn là gia đình, đồng đội và đất nước của mình, thì sự hợp tác sẽ đến rất dễ dàng, dựa trên những cơ chế bẩm sinh sâu xa đã khiến chúng ta (và những sinh vật khác) bảo vệ thể xác của mình.

THẾ GIỚI CHỈ ĐƠN GIẢN KHI NÓ VẬN ĐỘNG

Thật khó để hiểu được sự hỗn loạn liên kết lẫn nhau ở thực tại, nếu chỉ nhìn bằng mắt. Nó là một hành động hết sức phức tạp, và có lẽ cần đến nửa bộ não của ta. Mọi thứ đều xê dịch và thay đổi trong thế giới thực. Mỗi thứ tưởng như riêng rẽ đều được tạo thành từ những thứ tưởng như riêng rẽ nhỏ hơn và đồng thời chính nó lại là một phần của những thứ tưởng như riêng rẽ lớn hơn. Khách quan mà nói, ranh giới giữa các cấp độ - và giữa những sự vật khác nhau ở cùng cấp độ ấy - không hề rõ ràng mà cũng chẳng hiển nhiên. Chúng phải được thiết lập một cách thiết thực,

thực dụng và duy trì hiệu lực chỉ trong những điều kiện rất hạn hẹp và cụ thể. Ví dụ, ảo tưởng có ý thức về nhận thức toàn diện và đầy đủ chỉ tự duy trì được - chỉ vừa đủ cho mục đích của chúng ta - khi mọi việc diễn ra theo dự tính. Trong những hoàn cảnh như thế, những gì ta thấy đã đủ chuẩn xác, nên chẳng cần phải tìm kiếm xa hơn. Để lái được xe, chúng ta chẳng cần phải hiểu hay lĩnh hội được máy móc phức tạp của xe hơi. Những sự phức tạp ẩn sau chiếc xe hơi cá nhân chỉ thâm nhập vào nhận thức của ta khi máy móc của nó trục trặc, hay bất ngờ va chạm với thứ gì đó (hoặc thứ gì đó va chạm với ta). Ngay cả trong trường hợp hỏng máy móc đơn thuần (chứ chưa nói đến tai nạn nghiêm trọng), thì ta vẫn luôn cảm thấy sự xâm phạm ấy - chí ít là ngay từ ban đầu - là một sự kích thích nỗi lo lắng. Đó là hậu quả khi sự không chắc chắn xuất hiện.

Một chiếc xe trong nhận thức của ta không phải là đồ vật, cũng không phải đối tượng. Thay vì thế, nó là thứ gì đó đưa ta đến nơi mình muốn đi. Thực ra, chỉ khi nào nó không đưa ta đi được nữa, thì ta mới nhận thức nhiều về nó. Chỉ khi nào nó dừng lại đột ngột - hoặc vướng vào một vụ tai nạn và phải tấp vào bên kia đường - thì chúng ta mới buộc phải hiểu rõ và mổ xẻ vô số bộ phận mà "chiếc xe chạy được" phụ thuộc vào chúng. Khi xe của ta bị hỏng, toàn bộ sự kém cỏi do thiếu hiểu biết về độ phức tạp của nó sẽ lập tức bị phơi bày. Điều đó gây nên những hậu quả thực tiễn (chúng ta không đến được nơi mình đang đến), cũng như hậu quả về mặt tâm lý: Sự bình yên trong tâm trí ta sẽ biến mất cùng với một phương tiện đi lại đang chạy tốt. Nhìn chung, chúng ta phải nhờ sự giúp đỡ của những chuyên gia trong ga-ra hay các xưởng sửa chữa để phục hồi lại chức năng của chiếc xe lẫn sự đơn giản trong nhận thức của chúng ta. Đó gọi là "thợ cơ khí kiêm nhà tâm lý".

Chính xác thì sau đó chúng ta có thể thấu hiểu, dù hiếm khi cân nhắc kỹ, về khả năng kém đến kinh ngạc của tầm nhìn của mình, cũng như sự thiếu hiểu biết của ta về nó. Trong một cơn khủng hoảng, khi vật dụng của chúng ta không còn hoạt động, chúng ta sẽ quay sang những người có chuyên môn cao hơn mình để lập lại thế cân bằng giữa khát khao đáng mong đợi của bản thân với điều đang thực sự diễn ra. Toàn bộ chuyện này đồng nghĩa rằng tình trạng hỏng hóc của chiếc xe cũng có thể buộc ta phải đối mặt với sự không chắc chắn của một bối cảnh xã hội rộng lớn hơn, vốn thường vô hình trước mắt ta; mà trong đó, máy móc (và người thợ máy) cũng chỉ là những thành tố không đáng kể. Khi bị chính chiếc xe của mình phản bội, ta dần phải đối mặt với tất cả những điều mình không hề biết. Liệu đã đến lúc mua một chiếc xe mới? Liệu mình có phạm sai lầm khi mua xe từ đầu? Liệu tay thợ máy có thạo nghề, trung thực và đáng tin không? Liệu ga-ra nơi anh ta làm việc có đáng tin cậy không? Đôi khi, ta cũng phải ngẫm đến những điều tối tệ hơn, sâu rộng hơn: Có phải đường sá giờ đây đã trở nên quá nguy hiểm? Có phải ta đã trở nên (hoặc luôn) quá kém cỏi? Quá lo âu và lơ đễnh? Hoặc quá già? Những hạn chế trong nhận thức của chúng ta về sự vật và bản thể tự lộ ra, khi những điều trong thế giới giản đơn mà ta thường phụ thuộc vào bỗng sụp đổ. Rồi một thế giới phức tạp hơn - vốn luôn tồn tại ở đó, vô hình và dễ bị phớt lờ - hiện ra. Khi ấy, khu vườn có tường bao mà chúng ta vẫn sống trong đó bỗng lộ ra những con rắn ẩn mình nhưng vô cùng hiện hữu.

BẠN VÀ TÔI CHỈ ĐƠN GIẢN KHI THẾ GIỚI NÀY VẬN HÀNH

Khi những thứ xung quanh sụp đổ, những điều mà ta từng phớt lờ liền tràn vào. Khi mọi thứ không còn chính danh và chính xác nữa, các bức

tường sẽ vỡ vụn và sự hỗn loạn sẽ hiện ra để tất cả chúng ta đều nhận biết. Khi chúng ta lơ đễnh để mặc mọi thứ trôi qua, những điều chúng ta từng không chịu chú ý sẽ hội tụ lại trong một hình thái thâm hiểm và thường tấn công vào những thời điểm tồi tệ nhất có thể. Chỉ khi ấy, ta mới nhận ra ý định có trọng tâm, mục tiêu chính xác cùng với sự chú tâm thận trọng đã bảo vệ chúng ta khỏi thứ gì.

Hãy hình dung một người vợ thủy chung, thành thật đột nhiên phải đối diện với những chứng cứ về sự bội tín của chồng mình. Cô là người đầu ấp tay gối với anh ta suốt nhiều năm. Cô xem anh là con người mà cô vẫn đinh ninh: Đáng tin cậy, cần cù, biết yêu thương và có thể trông cậy. Trong cuộc hôn nhân của mình, cô tin rằng mình đứng trên một tảng đá rất vững vàng. Nhưng rồi anh ta dần ít quan tâm và hay xao nhãng. Anh ta bắt đầu làm thêm giờ một cách rập khuôn. Những chuyện nhỏ mà cô nói hay làm cũng khiến anh bực bội vô cớ. Một ngày nọ, cô thấy anh trong quán cà phê dưới phố cùng một người phụ nữ khác, rồi anh tiếp xúc với cô bằng một thái độ rất khó lý giải và hờ hững. Những giới hạn cùng sự sai lầm trong những nhận định trước đây của cô lập tức trở nên rõ ràng và khiến cô đau đớn.

Giả thuyết về người chồng trong cô sụp đổ. Hậu quả sẽ là gì? Trước hết, thứ gì đó - hoặc ai đó - sẽ xuất hiện và thế chỗ anh ta: Một điều lạ lùng phức tạp và đáng sợ. Thế là đủ tệ rồi. Nhưng đó chỉ mới là một nửa vấn đề. Giả thuyết của cô về bản thân cũng sụp đổ theo, như một hậu quả của sự phản bội. Thế nên vấn đề không chỉ nằm ở một "người lạ": mà có đến hai. Chồng cô không phải là người mà cô vẫn nhận định - và cả chính cô cũng thế. Cô không còn là "người vợ được yêu thương, được bảo bọc và một người bạn đời đáng trân quý". Lạ thay, bất chấp niềm tin của mình

về sự không đổi của quá khứ, rất có thể cô chưa bao giờ là một người vợ như thế.

Quá khứ không nhất thiết phải như nó đã từng, kể cả khi nó vẫn như thế. Hiện tại thì vẫn là mớ hỗn độn mơ hồ. Mặt đất dưới chân cô và cả chúng ta luôn xê dịch không ngừng. Tương tự như thế, tương lai vẫn còn chưa đến và sẽ thay đổi thành điều gì đó không như dự tính. Liệu người vợ bây giờ có hợp với cái danh "kẻ ngây thơ bị lừa dối" - hay "kẻ khờ dại cả tin" không? Cô nên xem mình là nạn nhân, hay đồng phạm trong sự dối gạt chung kia? Còn về người chồng thì sao? Một người tình không được thỏa mãn? Một mục tiêu bị cám dỗ? Kẻ dối trá tâm thần? Hay chính là Quỷ dữ? *Sao anh ta có thể tàn độc đến thế?* Làm sao có thể? Cô đã sống trong ngôi nhà gì thế này? Sao cô lại ngây thơ đến thế? Làm sao có thể? Cô nhìn vào gương. *Cô là ai? Chuyện gì đang xảy ra thế này?* Liệu những mối quan hệ của cô có thật không? Chúng đã từng có thật chưa? Chuyện gì đã xảy đến với tương lai vậy? Cô sẽ nắm bắt được mọi điều, khi những thực tế sâu xa hơn của thế giới bất ngờ hiển lộ.

Mọi thứ đều rắc rối quá sức tưởng tượng. Mọi thứ đều chịu sự tác động lẫn nhau. Chúng ta chỉ nhận biết một khía cạnh rất hạn hẹp của một ma trận nhân quả liên hệ với nhau, mặc dù đã cố hết sức để tránh phải đối diện với hiểu biết về sự hạn hẹp ấy. Tuy nhiên, lớp vỏ mỏng của sự nhận thức đầy đủ sẽ vỡ ra khi điều gì đó căn bản bị sai lệch. Sự thiếu sót đáng sợ trong ý thức của chúng ta sẽ tự hé lộ. Mỗi thứ chúng ta từng trân trọng sẽ tan thành tro bụi. Chúng ta chết sững. Chúng ta hóa đá. Rồi chúng ta sẽ nhìn thấy gì? Chúng ta có thể nhìn vào đâu, khi nào thì những thứ ta thấy đích xác vẫn còn thiếu sót?

CHÚNG TA THẤY GÌ KHI CÒN KHÔNG BIẾT MÌNH ĐANG NHÌN GÌ?

Thế giới sau khi Tòa Tháp đôi sụp đổ là thế nào? Có thứ gì vẫn còn đứng đó không? Con quái vật đáng sợ nào đã trỗi dậy từ đống đổ nát, khi những trụ cột vô hình chống đỡ toàn bộ hệ thống tài chính thế giới lung lay và sụp đổ? Chúng ta thấy gì khi bị cuốn vào ngọn lửa và tấn bi kịch của một cuộc mít-tinh rực lửa, hay co rúm, đờ người ra vì sợ hãi giữa cuộc thảm sát hỗn loạn tại Rwanda? Chúng ta thấy được gì khi còn không hiểu được chuyện gì đang xảy ra với mình, không xác định được mình đang đứng đâu, không còn biết mình là ai và không còn hiểu được những chuyện quanh ta nữa? Những gì ta *không* thấy chính là thế giới công cụ mà ai cũng biết và giúp ta an lòng - hay những khách thể hữu ích - của các tính cách. Chúng ta thậm chí không thấy được những trở ngại quen thuộc - đủ gây rắc rối ngay cả trong những thời điểm bình thường mà ta kiểm soát được chúng - mà chúng ta có thể đơn giản bước vòng qua.

Thứ chúng ta nhận thức được khi mọi thứ sụp đổ không còn là bệ đài và bối cảnh của một trật tự dễ sống nữa. Đó chính là *tohu va buhu* vĩnh hằng ngập đầy nước - sự trống rỗng vô hình vô dạng - và là *tehom* - vực sâu tăm tối - trong Kinh Thánh; đó chính là sự hỗn loạn mãi ẩn mình dưới lớp vỏ an toàn mỏng manh của chúng ta. Ngay từ thuở sơ khai, chính từ sự hỗn loạn đó mà Thánh Ngôn của Thượng Đế đã tách trật tự ra - theo quan điểm cổ xưa nhất mà nhân loại từng thể hiện (và theo cùng quan điểm ấy, chính từ hình tượng của Thánh Ngôn này mà Thượng Đế đã tạo ra chúng ta, ra đàn ông và phụ nữ). Chính từ sự hỗn loạn ấy, bất kỳ sự yên ổn nào mà chúng ta may mắn trải nghiệm đã - khai sinh - trong thời điểm hạn chế nào đó - khi chúng ta lần đầu học cách nhận thức. Nó chính là sự hỗn loạn mà chúng ta thấy khi mọi thứ dần sụp đổ (dù chúng ta không thực sự trông

thấy chúng). Toàn bộ điều này có ý nghĩa gì?

Tình trạng khẩn cấp sẽ xuất hiện. Đây là sự hiện thân bất thình lình của một hiện tượng (phenomenon) nào đó mà ta chưa biết (bắt nguồn từ tiếng Hy Lạp *phainesthai,* nghĩa là "tỏa rạng"). Đây là sự tái xuất của loài rồng bất tử từ trong hang đá trường cửu, giờ đây tỉnh giấc giữa chừng. Đây là cõi âm với những con quái vật trỗi dậy từ vực sâu. Làm sao chúng ta có thể chuẩn bị cho tình trạng khẩn cấp khi còn chưa biết điều gì xuất hiện và từ đâu? Làm sao chúng ta có thể chuẩn bị cho một tai ương khi còn không dự đoán được điều gì, hay phải hành động ra sao? Có thể nói rằng chúng ta đã chuyển từ tâm trí - vốn quá chậm chạp và vụng về - sang cơ thể của mình. Cơ thể chúng ta phản ứng nhanh hơn trí óc rất nhiều.

Khi mọi thứ quanh ta sụp đổ, nhận thức của chúng ta sẽ biến mất và ta phải hành động. Những phản xạ thuở sơ khai, bản năng được đưa ra và vẫn hiệu quả qua hàng trăm triệu năm, bảo vệ ta trong những thời khắc ngặt nghèo khi thất bại, không chỉ nằm ở suy nghĩ mà còn ở chính nhận thức của ta. Trong những tình cảnh như thế, cơ thể chúng ta sẽ tự chuẩn bị sẵn sàng cho mọi tình huống có thể xảy ra. Đầu tiên, ta sững người. Những phản xạ của cơ thể chuyển dần thành cảm xúc, cũng là giai đoạn nhận thức kế tiếp. Đây có phải chuyện đáng sợ không? Hay hữu ích? Ta có phải đấu tranh cho nó không? Hay có thể phớt lờ nó? Làm sao ta xác định được - và nếu có thì khi nào? Chúng ta không biết được. Giờ chúng ta đang ở trong trạng thái sẵn sàng rất tai hại và đòi hỏi cao. Cơ thể chúng ta cuồn cuộn hoóc-môn adrenaline[56] và cortisol[57]. Tim ta đập nhanh hơn. Nhịp thở gấp gáp hơn. Chúng ta đau đớn nhận ra rằng nhận thức về năng lực cũng như sự vẹn toàn của cơ thể đã biến mất; tất cả chỉ là giấc mơ. Chúng ta viện đến những nguồn lực thể chất và tâm lý được dành dụm cẩn thận chỉ

cho thời khắc này (nếu may mắn còn có đủ). Chúng ta chuẩn bị cho điều tồi tệ nhất - hoặc tuyệt vời nhất. Chúng ta điên tiết đạp hết chân ga và cả chân phanh cùng một lúc. Chúng ta thét gào hoặc cười lớn. Chúng ta chán ghét hoặc kinh hãi. Chúng ta khóc. Rồi chúng ta bắt đầu mở xẻ sự hỗn loạn.

Và như thế, người vợ bị lừa dối ngày càng thêm rối trí, và cảm thấy thôi thúc phải thổ lộ tất cả - với chính bản thân, với chị em gái, với bạn thân, với cả người lạ trên xe buýt - hoặc cứ thu mình vào sự câm lặng và tự dằn vặt cho đến hết đời. *Có điều gì sai? Cô ấy đã làm điều gì không thể tha thứ được ư? Cô đã chung sống với ai thế? Đây là thế giới gì mà lại có chuyện như thế xảy ra? Thượng Đế đã tạo ra nơi quái quỷ gì đây?* Cuộc trò chuyện nào có thể giúp cô hiểu rõ người đàn ông mới khiến cô giận dữ này, người sống trong lớp vỏ bọc của người chồng trước đây của cô? Kiểu trả thù nào sẽ thỏa mãn được cơn giận của cô? Cô có thể quyến rũ ai để đáp trả lại nỗi sỉ nhục này? Cô lần lượt điên loạn, hoảng sợ và gục ngã vì đau khổ, rồi lại hồ hởi vì những khả năng tìm thấy một sự tự do mới mẻ.

Nơi chốn cuối cùng trong sự an toàn nền tảng của cô thực ra không còn vững chắc hay ổn định nữa - thậm chí nó còn không phải là nền tảng. Ngôi nhà của cô được xây trên cát. Lớp băng mà cô từng trượt trên đó quá mỏng. Cô ngã xuống, rơi vào dòng nước lạnh giá bên dưới và chìm dần. Cô bị giáng một đòn quá mạnh đến nỗi cơn giận, nỗi kinh hoàng và u uất choán hết lấy cô. Cảm giác phản bội ngày càng lan rộng cho đến khi cả thế giới sụp đổ. Cô đang ở đâu? *Trong cõi âm, cùng với toàn bộ nỗi kinh hoàng của nó*. Làm sao cô đến đó được? Trải nghiệm này, chuyến hành trình đến cấu trúc hạ tầng của vạn vật - cũng chính là toàn bộ nhận thức ở dạng nguyên thủy nhất; sự chuẩn bị này; sự cân nhắc giữa những gì đã

từng và những gì có thể vẫn thế; cảm xúc và ảo tưởng này; đó đều là nhận thức sâu sắc mà cô cần bây giờ, trước khi những thứ cô từng biết tái xuất hiện (nếu có) trong hình thái tối giản và dễ chịu. Đó là nhận thức trước khi sự hỗn loạn tiềm tàng được diễn giải một lần nữa thành những thực tại hữu ích của trật tự.

"Điều đó có thực sự bất giờ không?", cô tự vấn - và hỏi mọi người - rồi ngẫm nghĩ lại. Giờ cô có nên cảm thấy tội lỗi vì đã bỏ qua những dấu hiệu cảnh báo - vẫn tồn tại dẫu khó nhận thấy, vẫn động viên cô dẫu cô tránh né chúng? Cô nhớ lại khi mình mới cưới, cô đã hoan hỉ ân ái cùng chồng mỗi đêm. Có lẽ như thế là vượt quá mong đợi hay hơi quá sức, nhưng chí ít cũng chỉ một lần như thế. Nhưng còn sáu tháng qua thì sao? Hay chỉ một lần trong mỗi 2-3 tháng? Liệu rằng cô ấy có thể thực sự tôn trọng ai - kể cả bản thân - khi lâm vào một tình huống như thế?

Có một câu chuyện thiếu nhi mà tôi rất thích, tên là *There's No Such Thing as a Dragon* (tạm dịch: *Làm gì có rồng trên đời) của* tác giả Jack Kent. Đó là một câu chuyện mà bề ngoài khá đơn giản. Tôi từng đọc vài trang của nó cho hội cựu sinh viên Đại học Toronto và giải thích về ý nghĩa biểu trưng của nó[58]. Truyện kể về một cậu bé tên Billy Bixbee, người đã bí mật phát hiện ra một con rồng ngồi trên giường mình vào một buổi sáng. Nó chỉ lớn bằng con mèo nhà và khá thân thiện. Cậu bé kể cho mẹ nghe, nhưng bà mẹ đáp làm gì có rồng trên đời. Rồi con rồng bắt đầu lớn dần lên. Nó ăn hết bánh kếp của Billy. Chẳng bao lâu, nó đã to bằng cả ngôi nhà. Người mẹ cố gắng hút bụi, nhưng bà phải ra vào nhà bằng cửa sổ vì con rồng ở khắp nơi. Nó cứ bám theo bà mãi. Sau đó, con rồng bỏ đi cùng với ngôi nhà. Khi bố của Billy trở về nhà, thì nơi ông từng sống chỉ còn là bãi đất trống không. Người đưa thư báo cho ông biết căn nhà đã đi

mất. Ông cố gắng đuổi theo, trèo lên đầu lên cổ con rồng (lúc này nó đang nằm ườn ra bên đường) và gặp lại vợ con. Bà mẹ vẫn khăng khăng rằng con rồng không tồn tại, nhưng Billy, giờ đã khá hiểu chuyện, cậu cao giọng: "Có rồng đấy mẹ ạ." Ngay lập tức, con rồng bắt đầu thu nhỏ lại. Bỗng chốc, nó trở về với kích thước một con mèo. Mọi người đều đồng tình rằng việc những con rồng cỡ ấy (1) tồn tại và (2) dễ mến hơn những đồng loại khổng lồ của chúng. Bà mẹ, lúc này phải miễn cưỡng mở to mắt nhìn, hỏi một câu thật ai oán rằng vì sao nó phải lớn đến vậy. Billy lặng lẽ lên tiếng: "Có thể nó chỉ muốn được chú ý thôi."

Có lẽ thế! Đây là đạo lý trong rất, rất nhiều câu chuyện. Sự hỗn loạn len lỏi vào mỗi gia đình từng chút một. Nỗi bất hạnh oán giận dành cho nhau ngày càng chồng chất. Mọi thứ hỗn độn được giấu nhẹm đi dưới thảm, nơi con rồng say mê đánh chén từng mảnh vụn. Nhưng chẳng ai nói năng gì, bởi xã hội nói chung và trật tự mà họ mặc định trong gia đình đã tự cho thấy chỉ có nó là không đủ và sẽ tan tành ngay khi đối diện với những chuyện bất ngờ hay đe dọa. Thay vào đó, mọi người chỉ còn biết huýt sáo trong đêm tối. Quá trình giao tiếp nay phải chấp nhận những cảm xúc tồi tệ như: oán giận, khiếp đảm, cô đơn, tuyệt vọng, ghen tuông, thối chí, hận thù và chán nản. Dần dần, việc giữ hòa khí trở nên dễ dàng hơn. Nhưng đằng sau đó, bên trong ngôi nhà của Billy Bixbee cũng như mọi ngôi nhà khác giống vậy, luôn có một con rồng đang lớn dần. Một ngày nào đó, nó sẽ chui ra với kích thước mà không ai có thể phớt lờ. Nó sẽ nhấc bổng ngôi nhà khỏi mặt đất. Nó là một vụ ngoại tình, hoặc một cuộc tranh cãi về các vấn đề kinh tế và tâm lý vốn đã đổ vỡ suốt hàng thập kỷ. Kế tiếp, nó là phiên bản cô đọng của một sự gay gắt mà đáng ra có thể phát tiết một cách vừa phải, vấn đề nối tiếp vấn đề trong cuộc hôn nhân hàng

năm trời tưởng như thiên đường ấy. Mỗi vấn đề trong số 300 nghìn vấn đề chưa được tiết lộ ấy, vốn đã bị dối gạt, tránh né, viện lý lẽ và che giấu như một đạo quân những bộ xương trong tủ quần áo kinh hoàng, rồi bật tung ra như cơn Đại hồng thủy trước mắt Noah[59], nhấn chìm tất thảy. Khốn nỗi chẳng có chiếc thuyền lớn nào, vì chẳng có ai đóng mặc dù ai cũng cảm thấy cơn bão đang đến gần.

Đừng đánh giá thấp khả năng tàn phá của những tội lỗi do sự chểnh mảng của bản thân. Một cặp vợ chồng tuy đã tan vỡ vẫn có thể có một hoặc hai, hoặc hơn 200 cuộc đối thoại về đời sống tình dục của họ. Có lẽ sự gần gũi về thể xác mà họ không ngần ngại chia sẻ đáng ra đã giúp họ hòa hợp với nhau; nhưng thường không được như thế, *vì cần có cả sự gần gũi về tâm lý*. Có thể đáng ra họ nên đấu tranh cho vai trò của mình. Trong những thập niên gần đây, tại nhiều hộ gia đình, sự phân chia lao động truyền thống trong nhà đã bị xóa sổ, mà không phải trên danh nghĩa khai phóng hay tự do nữa. Tuy nhiên, sự xóa sổ ấy cũng không mất đi những hạn chế vẻ vang của nó trong cơn trở mình thành nỗi hỗn loạn, mâu thuẫn và bất định. Cuộc đào thoát khỏi sự độc đoán không phải lúc nào cũng dẫn đến Thiên đường, mà còn là cảnh lưu đày nơi sa mạc, tay không tấc sắt, hoang mang và kiệt quệ. Hơn nữa, việc thiếu vắng một truyền thống đã nhất trí từ trước (và những ràng buộc - thường không dễ chịu, thậm chí còn vô lý - mà nó áp đặt) dẫn đến chỉ tồn tại một trong ba lựa chọn khó khăn: bị nô dịch, làm bạo chúa hoặc điều đình. Nô lệ chỉ làm những việc họ được sai bảo - có lẽ còn vui vẻ vì mất đi trách nhiệm - và giải quyết vấn đề của sự phức tạp theo cách này. Nhưng đó chỉ là giải pháp tạm thời. Linh hồn của nô lệ sẽ nổi loạn. Bạo chúa chỉ đơn thuần ra lệnh cho nô lệ phải làm gì và cũng giải quyết vấn đề của sự phức tạp bằng cách này.

Nhưng đó vẫn chỉ là giải pháp tạm thời. Bạo chúa rồi sẽ khiến nô lệ kiệt quệ. Sẽ chẳng còn gì hay còn ai ở đó, ngoại trừ sự phục tùng dễ đoán và ủ dột. Ai có thể sống mãi như thế? Ngoại trừ sự điều đình - vốn đòi hỏi sự thừa nhận thẳng thắn từ cả đôi bên về sự tồn tại của con rồng. Đó là thực tại khó khăn mà ta phải đối mặt, ngay cả khi nó còn quá bé nhỏ để ngấu nghiến được vị hiệp sĩ dám đối đầu với nó.

Đáng ra những cặp đôi tan vỡ đã có thể xác định chính xác hơn lối hành xử của Hữu thể mà họ mong muốn. Đáng ra với cách hành xử ấy, họ đã có thể cùng nhau ngăn được dòng chảy của sự hỗn loạn, để nó không cứ thế đổ xuống và nhấn chìm họ. Đáng ra họ đã làm được thay vì chỉ nói một cách buông xuôi, lười nhác và hèn hạ rằng: "Ồn thôi mà. Chẳng đáng tranh cãi vì chuyện đó đâu." Trong hôn nhân, có những chuyện quá nhỏ nhặt để phải tranh cãi. Bạn đang mắc kẹt trong một cuộc hôn nhân như hai con mèo trong một cái thùng, bị ràng buộc bởi một lời thề bất diệt - về mặt lý thuyết - cho đến khi một trong hai chết đi. Lời tuyên thệ đó khiến bạn rơi vào hoàn cảnh cực kỳ tệ hại. Bạn có muốn một sự phiền phức nhỏ nhặt như thế giày vò bạn từng ngày trong suốt cuộc hôn nhân tồn tại hàng chục năm không?

"Ôi, mình chấp nhận được chuyện này", bạn nghĩ thế. Và có lẽ nên như thế. Bạn chẳng phải kiểu người bao dung đích thực mẫu mực gì. Và có lẽ nếu bạn đề cập đến chuyện giọng cười như tiếng móng tay rít trên bảng đen nghe đến choáng của người bạn đời, thì họ chắc hẳn sẽ bảo bạn hãy chết đi. Cũng có thể lỗi là do bạn. Và bạn nên trưởng thành lên, bắt đầu sống biết điều và giữ mồm giữ miệng. Nhưng có lẽ tiếng kêu the thé như con lừa đứng giữa đám đông đang tụ tập sẽ không phản ánh tốt về người bạn đời của bạn và chính bạn nên giữ vững lập trường của mình. Trong

hoàn cảnh như thế, bạn chẳng thể làm gì khác ngoài đấu tranh - một cuộc đấu tranh vì mục đích hòa bình - để hé lộ sự thật. Nhưng bạn vẫn cứ giữ im lặng, cố thuyết phục bản thân rằng do bạn là người tốt, yêu chuộng hòa bình và nhẫn nại (và không điều gì xa rời sự thật hơn thế). Và rồi con quái vật dưới thảm lại tăng thêm vài cân.

Có lẽ một cuộc trao đổi thẳng thắn về sự không thỏa mãn tình dục là điều cần làm ngay để đỡ rách việc - dù cũng chẳng dễ dàng gì. Có khi *nàng* lại âm thầm cầu cho tình thân mật chết đi, vì nàng đang có cảm xúc nước đôi bí mật và sâu xa trong chuyện chăn gối. Có Thượng đế mới biết tại sao. Có lẽ vì *chàng* là một tình nhân tồi tệ và ích kỷ. Có lẽ là do cả đôi bên. Phải chăng cả hai nên tranh cãi cho ra nhẽ? Chẳng phải đây là một phần tất yếu của cuộc sống ư? Có lẽ việc nhận ra điều ấy (biết đâu đấy) và giải quyết vấn đề sẽ tiết kiệm cho bạn hai tháng thực sự khốn khổ chỉ để nói ra với nhau sự thật (không phải nhằm gây tổn thương hay tranh thắng, mà vì đó là sự thật: Chỉ là một cuộc chiến toàn lực mà thôi).

Có lẽ vấn đề không phải do tình dục. Có lẽ mọi cuộc trò chuyện giữa hai vợ chồng đã nguội lạnh thành một thói quen nhàm chán, vì chẳng có cuộc mạo hiểm chung nào truyền lửa cho cả hai. Có lẽ sự nguội lạnh ấy lại dễ dàng hơn qua từng khoảnh khắc, rồi từng ngày, hơn là chịu đựng trách nhiệm giữ cho mối quan hệ ấy còn sống. Xét cho cùng, vật sống rồi sẽ chết mà chẳng ai bận tâm. Khó mà phân biệt cuộc sống với một sự duy trì đầy nỗ lực. Chẳng ai có thể tìm được nửa kia hoàn hảo nếu việc tiếp tục cố gắng hay quan tâm không còn cần thiết nữa (chưa kể, nếu bạn tìm được một người hoàn hảo, thì anh ta hay cô ta sẽ chạy trốn khỏi "kẻ không hoàn hảo lắm" là bạn trong cơn kinh hãi chính đáng). Đúng ra, người mà bạn cần - người xứng đáng với bạn - phải là một người cũng không hoàn hảo

hệt như bạn vậy.

Có thể anh chồng phản bội vợ là một kẻ bồng bột và ích kỷ đáng khinh. Có lẽ sự ích kỷ ấy đã thắng thế. Có lẽ cô vợ đã không chống lại khuynh hướng này đủ mạnh mẽ và mãnh liệt. Có lẽ cô vợ đã bất đồng quan điểm với chồng trong cách rèn giũa con, và hậu quả là cấm cửa anh ta khỏi cuộc sống của hai mẹ con. Có lẽ điều ấy đã khiến anh ta phá vỡ cái mà anh ta cho là trách nhiệm chẳng dễ chịu gì. Có lẽ nỗi oán hận đã âm ỉ trong lòng bọn trẻ khi chúng phải chứng kiến cuộc chiến ngấm ngầm của bố mẹ, bị nỗi oán trách của người mẹ giày vò và dần xa lánh người cha già nua của chúng. Có lẽ những bữa tối mà cô nấu cho anh - hay anh nấu cho cô - đã bị đón nhận một cách lạnh nhạt và cay nghiệt. Có lẽ tất cả những mâu thuẫn chưa giải quyết ấy đã khiến cả hai cùng oán trách, dù không nói thành lời nhưng vẫn biểu lộ ra hành động. Có lẽ rắc rối không được nói ra đã bắt đầu làm xói mòn những mạng lưới quan hệ vô hình đang chống đỡ cho cuộc hôn nhân. Có lẽ sự tôn trọng đã dần trở thành nỗi khinh miệt, mà không ai thèm đoái hoài. Có khi tình cảm đã dần trở thành nỗi chán ghét, mà không ai nói ra.

Khi đã được làm rõ ràng sáng tỏ, mọi thứ sẽ hiện ra trước mắt; có lẽ không ai trong hai vợ chồng chịu thấu hiểu mà thôi. Có lẽ họ đã cố tình để mọi thứ mập mờ trong màn sương mù. Có lẽ chính họ đã tạo ra làn sương ấy để che giấu điều mà họ không muốn thấy. Cô vợ sẽ được gì khi cô ấy chuyển mình từ nhân tình trở thành hầu gái hoặc người mẹ? Cô ấy có nhẹ nhõm hơn không khi đời sống chăn gối không còn nữa? Việc cô ấy kêu ca với hàng xóm hay mẹ mình khi bị chồng lạnh nhạt có đem lại ích lợi gì không? Có khi như thế lại khiến cô thấy thỏa mãn một cách âm thầm, hơn là mọi điều tốt đẹp đến từ bất kỳ cuộc hôn nhân nào, dẫu có hoàn hảo đến

đâu. Điều gì có thể sánh được với những niềm vui của đức hy sinh thuần thục và vi tế? "Cô ấy thánh thiện như thế mà lại vớ phải một gã rõ tệ. Cô ấy xứng đáng với những điều tốt đẹp hơn." Dù đó là lựa chọn vô thức, nhưng sống trong một điều hoang đường như thế cũng thật thỏa dạ (mặc kệ sự thật câu chuyện ra sao). Có lẽ cô chưa bao giờ thực sự yêu mến chồng mình. Có lẽ cô chưa bao giờ thực sự thích đàn ông và đến giờ vẫn thế. Có lẽ đó là do lỗi của mẹ cô - hoặc bà của cô. Có lẽ cô đã bắt chước cách hành xử của họ, nhận lấy rắc rối của họ và truyền qua các thế hệ một cách hoàn toàn vô thức. Có lẽ cô chỉ đang trả đũa anh trai hoặc cha mình, hoặc cả xã hội.

Lại nói về phần anh chồng, anh ta được gì khi đời sống chăn gối trong tổ ấm không còn nữa? Liệu anh ta có sẵn lòng đi đến cùng như một kẻ "tử vì đạo" và thở ngắn than dài với bạn bè? Anh ấy có dùng nó làm cái cớ mà anh đã đợi từ lâu để đi tìm tình nhân mới? Anh ấy có dùng nó để biện minh cho sự oán giận đối với phụ nữ nói chung, vì những lần bị từ chối mà anh liên tục phải đối mặt trước khi đi đến hôn nhân? Và liệu anh ta có nắm lấy cơ hội để dễ dàng phát tướng và lười biêng, vì dù sao cũng chẳng ai ham muốn anh ta nữa?

Có lẽ cả hai vợ chồng đều thừa cơ làm rối tung cuộc hôn nhân của mình lên nhằm trả thù Thượng Đế (có lẽ đây chính là Hữu thể duy nhất giải quyết được vụ lộn xộn này).

Đây là sự thật phũ phàng về những rắc rối trên: Mọi nguyên nhân của thất bại trong hôn nhân vốn bị bỏ xó, bị cho qua và không ai thấu hiểu sẽ tích lũy và mưu toan hủy hoại người phụ nữ phụ bạc lẫn bị phụ bạc trong suốt phần đời còn lại. Và người chồng sẽ chịu cảnh tương tự. Anh ta, cô ta, họ, hoặc chúng ta - *chẳng* làm gì để tránh kết cục trên cả: *không để ý,*

không phản ứng, không tham gia, không thảo luận, không xem xét, không hòa hoãn và không chịu trách nhiệm. Đừng cố đương đầu với hỗn loạn rồi biến nó thành trật tự - hãy chờ đợi, nhưng đừng làm thế một cách ngây thơ vô tội, vì sự hỗn loạn ấy sẽ lớn mạnh và nhấn chìm bạn.

Sao phải tránh né, khi sự tránh né ấy tất yếu và chắc chắn sẽ đầu độc tương lai? Vì có khả năng một con quái vật đang ẩn nấp bên dưới tất cả những bất đồng và sai sót. Có lẽ trận cãi vã mà bạn đang tham gia (hoặc không) giữa bạn và vợ/chồng của mình đã báo hiệu khởi đầu cho sự kết thúc mối quan hệ giữa hai người. Có lẽ mối quan hệ của bạn kết thúc *vì bạn là người xấu*. Chí ít điều này cũng đúng một phần, phải không? Do vậy, một cuộc tranh cãi cần thiết nhằm giải quyết vấn đề thực sự đòi hỏi hai bên phải bằng lòng đối diện với cả hai dạng nguy cơ gây đau khổ và nguy hiểm cùng lúc: Hỗn loạn (sự rạn nứt tiềm tàng của một - hay tất cả - mối quan hệ, hoặc chính cuộc sống này) và Địa ngục (thực tế rằng bạn - và bạn đời của bạn - có thể đầu đủ tối tệ để hủy hoại tất cả bằng sự lười nhác và ác ý của mình). Bạn có mọi động cơ để né tránh nhưng chẳng ích gì.

Sao cứ phải mập mờ khi điều đó khiến cuộc sống này trì trệ tối tăm? Nếu không hiểu rõ bản thân, bạn có thể trốn trong sự ngờ vực. Có lẽ bạn *không phải* là một người xấu xa, bất cẩn và vô giá trị. Ai mà biết được? Không phải bạn đâu. Đặc biệt là khi bạn không chịu suy nghĩ về chuyện ấy - và có mọi lý do để làm vậy. Nhưng việc tránh suy nghĩ về điều gì đó không làm nó biến mất. Bạn chỉ đơn giản là đánh đổi sự hiểu biết sâu sắc, cụ thể và sắc sảo về một danh sách hữu hạn những vấn đề và lỗi lầm thực sự, để đổi lấy một danh sách dài hơn gồm những thiếu sót và bất cập tiềm ẩn mà bản thân chưa định nghĩa được.

Sao lại không chịu phân tích khi kiến thức về thực tại cho phép ta

thông thạo nó (và nếu không thông thạo, thì chí ít cũng ngang tầm một kẻ nghiệp dư chân thành)? Vậy sẽ thế nào nếu thực sự có điều gì đó tệ hại ở nhà nước Đan Mạch? Rồi sao nữa? Trong hoàn cảnh như thế, chẳng phải sẽ tốt hơn nếu cố tình mù quáng mà tận hưởng niềm hạnh phúc vô minh ư? Không đâu, nếu con quái vật ấy có thật! Bạn thực sự nghĩ rằng việc rút lui, bỏ ngỏ khả năng tự trang bị để chống lại cơn sóng dữ của rắc rối, qua đó tự hạ thấp mình trong mắt chính mình là ý hay sao? Bạn thực sự nghĩ rằng để cho tai ương vươn mình trong bóng tối, trong khi bạn co rúm và sợ hãi hơn nữa là sáng suốt ư? Chẳng phải sẽ tốt hơn nếu ta nai nịt, mài sắc gươm, nhìn vào bóng đêm và xông vào hang hùm bắt hổ sao? Có thể bạn sẽ bị thương. *Hẳn là* bạn sẽ bị thương. Xét cho cùng, đời là bể khổ. Nhưng có lẽ vết thương đó sẽ không gây chết người đâu.

Nếu bạn đợi đến khi những điều bạn không chịu tìm hiểu đến gõ cửa nhà, thì mọi chuyện chắc chắn sẽ chẳng tốt đẹp gì cho bạn. Điều bạn ít mong muốn nhất chắc chắn sẽ xảy ra - khi bạn ít có sự chuẩn bị nhất. Điều mà bạn không muốn gặp phải nhất sẽ xuất hiện và nó sẽ trở nên mạnh nhất khi bạn yếu ớt nhất. Rồi bạn sẽ bị đánh bại.

Xoay, xoay mãi trong vòng xoay rộng dần
Con chim ưng không nghe tiếng người nuôi;
Mọi thứ sụp đổ; tâm cũng không giữ nổi;
Cả thế gian vô loạn lạc hoành hành,
Thủy triều đỏ dâng tràn lên khắp chốn;
Cuộc vinh danh kẻ vô tội bị nhấn chìm
Người tốt nhất mất đi hết nhận thức
Còn kẻ xấu nhất chìm trong vọng cuồng điên.

(William Butler Yeats, "The Second Coming" - "Vòng xoáy nhì")

Sao lại không chịu cụ thể hóa vấn đề, khi điều đó có thể giúp bạn tìm ra giải pháp? Vì chỉ cần cụ thể hóa một vấn đề nghĩa là đã thừa nhận rằng nó tồn tại. Bằng cách cụ thể hóa nó, bạn sẽ cho phép bản thân biết điều mình muốn từ bạn bè hoặc người yêu - rồi bạn sẽ biết chính xác và rõ ràng khi nào bạn không có được nó; và điều đó sẽ khiến bạn tổn thương ghê gớm. Nhưng bạn sẽ học được điều gì đó từ nó và áp dụng cho tương lai - và cái thay thế cho cơn đau dữ dội duy nhất ấy sẽ là cơn nhức nhối âm ỉ của nỗi tuyệt vọng triền miên, của thất bại chực chờ và cảm giác thời gian quý báu cứ vuột đi mất.

Sao lại không chịu cụ thể hóa vấn đề? Vì khi không định nghĩa được thành công (và do đó không thể mang lại thành công), bạn cũng đang từ chối định nghĩa thất bại cho chính mình, để khi thất bại bạn sẽ không để ý tới nó và sẽ không phải đau khổ. Nhưng thế thì cũng vô ích! Bạn không dễ bị lừa như thế được - trừ khi bạn đã đi quá xa! Thay vì thế, bạn sẽ tiếp tục mang theo mình cảm giác thất vọng thường trực về Hữu thể của mình, kèm với sự tự khinh bỉ và nỗi oán hận dần tăng với thế giới nơi tất cả những điều đó nảy sinh (hoặc diệt vong).

Vài mặc khải cận kề chắc đang đến;
Vòng Xoáy Nhì chắc cũng chẳng còn xa.
Vừa nói "Vòng Xoáy Nhì!" chưa dứt
Bóng Thần Nhân sừng sững hiện lên rồi
Ta mờ mắt: Đâu đấy trong sa mạc
Một hình người, đầu sư tử hiện lên,

Nhìn chòng chọc như mặt trời hung dữ,

Lê chân đi khi tất cả vây cùng

Là những bóng lũ chim rồ sa mạc.

Lại màn đêm; nhưng ta biết, không sao,

Từ giấc ngủ hai nghìn năm như đá

Do nôi đưa nên ác mộng thành hình,

Giờ đã điểm, ác quỷ nào sẽ đến

Để ra đời đối kiếp ở Bethlehem?

Sẽ ra sao nếu như người phụ nữ bị phản bội, giờ đây bị nỗi tuyệt vọng dẫn lối, quyết tâm đối diện với sự rời rạc của quá khứ, hiện tại và tương lai? Sẽ ra sao nếu như cô ấy quyết định sắp xếp lại mớ lộn xộn mà cô ấy đã tránh né đến tận bây giờ, dù cô hoàn toàn yếu đuối và bối rối hơn xưa? Có lẽ nỗ lực ấy gần như sẽ giết chết cô (nhưng dù sao cô cũng đã bước trên con đường tới tệ hơn cái chết rồi). Để tái xuất hiện, trốn thoát và hồi sinh, cô phải suy ngẫm thấu đáo về thực tại mà cô bỏ lại phía sau một cách bình thản nhưng đầy nguy hiểm, bị che giấu sau tấm màn của sự ngờ nghệch và thanh bình giả tạo. Cô phải tách biệt những chi tiết cụ thể trong tai họa nhất định của mình khỏi điều kiện chung đến không thể chịu nổi của Hữu thể, trong thế giới nơi mọi thứ đều đang sụp đổ. Mọi thứ - nói thế thì hơi quá. Chỉ có những thứ *nhất định* sụp đổ thôi chứ không phải tất cả. *Những niềm tin đại đồng* đã sụp đổ; *những hành động cụ thể* đều là gian dối và giả tạo. Chúng là gì? Làm sao sửa đổi được chúng bây giờ? Làm sao để cô ấy tốt lên trong tương lai? Cô ấy sẽ không bao giờ trở lại như cũ nếu không chịu hoặc không thể hiểu rõ mọi việc. Cô ấy có thể hàn gắn thế giới trở lại bằng sự chuẩn xác trong suy nghĩ, lời nói và sự trông cậy vào

ngôn từ của chính cô, cũng như vào Ngôi Lời. Nhưng có thể sẽ tốt hơn nếu cứ để mọi thứ chìm trong màn sương. Có lẽ giờ đây hầu như chẳng còn lại gì ở cô - có lẽ quá nhiều phần của cô vẫn không được hé lộ và phát triển. Có lẽ chỉ vì cô chẳng còn chút sức lực nào…

Nếu trước đó cô ấy có biểu hiện mối quan tâm, sự thành thật và can đảm nào đó, thì có lẽ cô đã không lâm vào rắc rối. Sẽ ra sao nếu cô tâm sự về nỗi bất hạnh của mình cùng với sự xuống dốc trong đời sống tình cảm của mình, ngay khi nó bắt đầu xuống dốc? Nói chính xác thì sự xuống dốc ấy khiến cô bận lòng từ khi nào? Hoặc nếu nó không hề khiến cô bận tâm - thì sẽ ra sao nếu thay vào đó, cô tâm sự rằng nó không khiến cô bận tâm như vốn dĩ nó phải thế? Sẽ ra sao nếu cô đối diện một cách công khai và cẩn trọng về sự khinh miệt của chồng cô trước những nỗ lực của cô trong gia đình? Liệu cô có nhận ra sự oán giận đối với chính cha mình và cả xã hội không (mà hậu quả là làm vấn bẩn mối quan hệ của cô)? Nếu như cô ấy đã khắc phục tất cả rồi thì sao? Đáng ra cô sẽ trở nên mạnh mẽ như thế nào? Và kết quả là cô sẽ không phải đối diện với khó khăn nhiều đến đâu? Làm sao cô có thể phụng sự chính mình, gia đình và cả thế giới?

Nếu cô ấy đã liều lĩnh gây mâu thuẫn một cách bền bỉ và thẳng thắn vì chân lý và sự hòa hợp lâu dài thì sao? Sẽ ra sao nếu như cô xem những rạn nứt vụn vặt trong cuộc hôn nhân của mình như là bằng chứng cho sự bất ổn tiềm ẩn và rất đáng chú ý, thay vì ngó lơ hay chịu đựng chúng với một nụ cười vui vẻ, cam chịu? Có lẽ cô sẽ khác đi và chồng cô cũng thế. Có lẽ họ vẫn sẽ bên nhau, ngoài mặt lẫn trong lòng. Có lẽ họ sẽ trẻ ra cả về thể chất lẫn tinh thần so với bây giờ. Có lẽ tổ ấm của cô ấy sẽ được xây dựng trên đá rắn chứ không phải cát lún nữa.

Khi mọi thứ sụp đổ và hỗn loạn tái xuất hiện, chúng ta có thể cơ cấu

và thiết lập lại trật tự thông qua lời nói. Nếu lên tiếng cẩn trọng và chuẩn xác, ta có thể sắp xếp vấn đề và trả mọi sự về lại vị trí vốn có, rồi đặt ra mục tiêu mới và hướng đến nó - thường là cùng với đối phương, trong trường hợp ta thỏa thuận và nhất trí được. Nhưng, nếu ta nói một cách bất cẩn và thiếu chính xác, thì mọi sự vẫn sẽ cứ mù mờ. Đích đến vẫn không được khẳng định, màn sương của sự không chắc chắn cũng sẽ không tan đi và chẳng còn gì đáng bàn trên thế giới này nữa.

SỰ KIẾN TẠO LINH HỒN VÀ THẾ GIỚI

Linh hồn (tâm hồn) và thế giới đều được tổ chức ở những cấp độ cao nhất trong sự tồn tại của con người, cùng với ngôn ngữ thông qua giao tiếp. Mọi thứ sẽ không giống như vẻ ngoài khi kết quả không như dự định hay mong muốn. Hữu thể sẽ không được phân loại đúng nếu nó không vận động. Khi một điều gì đó đi sai hướng, thì ngay cả chính nhận thức cũng phải được đặt nghi vấn cùng với đánh giá, suy nghĩ và hành động. Khi lỗi sai tự lên tiếng, thì sự hỗn loạn vô định hình cũng bày ra trước mắt. Dáng hình không mấy thân thiện của nó sẽ tê liệt và bối rối. Nhưng loài rồng, vốn thực sự tồn tại (có lẽ sống động hơn bất kỳ loài nào) cũng tích trữ vàng ròng. Trong sự sụp đổ thành mớ hỗn độn tồi tệ của Hữu thể khó hiểu, vẫn tiềm ẩn một khả năng hình thành trật tự mới mẻ và nhân từ. Sự rõ ràng trong suy nghĩ - một sự rõ ràng rất can đảm - thì lại cần thiết cho điều đó.

Bản thân vấn đề phải được thừa nhận càng gần với thời điểm nó xuất hiện càng tốt. "Tôi không vui vẻ gì" là một khởi đầu tốt (chứ không phải "Tôi có quyền không vui", vì điều đó vẫn không chắc chắn ở giai đoạn đầu của quá trình giải quyết vấn đề). Có lẽ sự không vui của bạn là hợp lý trong hoàn cảnh hiện tại. Có lẽ bất kỳ ai biết điều cũng sẽ không hài lòng

và khổ sở nếu ở vị trí của bạn. Nói cách khác, có lẽ bạn chỉ đang than vãn và non nớt? Chí ít hãy công bằng xem xét cả hai khả năng xảy ra tình huống tệ hại như thế. Thế chính xác thì bạn có thể non nớt đến mức nào? Có một cái hố không đáy tiềm ẩn đâu đó. Nhưng chí ít bạn có thể lấp nó lại nếu chịu thừa nhận nó.

Chúng ta phân tích sự hỗn loạn phức tạp, rối rắm và chỉ rõ bản chất của vạn vật bao gồm chính bản thân mình. Bằng cách này, sự khám phá sáng tạo, cởi mở của chúng ta sẽ tiếp tục tạo dựng và tái tạo nên thế giới. Chúng ta được định hình cũng như được truyền đạt thông tin từ những gì mình tự nguyện tiếp nhận và cũng định hình nơi mình sống trong đó từ chính sự bắt gặp này. Điều này tuy khó, nhưng khó khăn chẳng nghĩa lý gì vì nếu không sẽ còn khó hơn nữa.

Có lẽ người chồng tệ bạc của chúng ta đã bỏ qua cuộc trò chuyện trong bữa tối với người vợ tội nghiệp của mình, vì anh ta chán ghét công việc mình đang làm, mệt mỏi và phẫn uất. Có lẽ anh ta chán ghét công việc của mình vì người cha đã buộc anh lựa chọn sự nghiệp ấy, trong khi anh quá yếu đuối hoặc "hiếu thảo" để phản đối. Có lẽ cô đã chịu đựng sự vô tâm của anh ta vì cô tin rằng sự phản đối thẳng thừng là thô lỗ và vô đạo đức. Có lẽ cô chán ghét sự giận dữ của cha mình, nên từ khi còn bé, cô đã mặc định rằng mọi sự hung hăng và hiếu chiến đều là sai trái. Có lẽ cô nghĩ rằng chồng mình sẽ không yêu mình nếu cô có bất kỳ quan điểm riêng nào. Rất khó để đưa những điều như thế vào trật tự - nhưng máy móc hỏng sẽ tiếp tục trục trặc nếu các vấn đề của nó không được xem xét và sửa chữa.

LỰA HẠT TỪ TRẤU

Tính chính xác sẽ làm sáng tỏ. Khi điều gì đó tồi tệ xảy ra, chính sự chính xác sẽ phân biệt thứ tồi tệ đặc thù đã thực sự xảy ra với phần còn lại, tức những thứ tồi tệ *có thể* đã xảy ra - nhưng lại không xuất hiện. Nếu bạn thức dậy trong đau đớn, có thể là bạn đang chết. Bạn có thể chết dần chết mòn trong kinh hoàng do một trong vô số những căn bệnh khủng khiếp và đau đớn gây ra. Nếu bạn không chịu kể với bác sĩ về cơn đau của mình, thì bạn sẽ không thể chỉ rõ nó: Nó có thể là *bất kỳ* căn bệnh nào - chắc chắn nó là thứ gì đó không diễn tả nổi (vì bạn đã né tránh cuộc trò chuyện mang tính chẩn đoán - một hành động nhằm diễn giải rõ ràng). Nhưng nếu bạn kể với bác sĩ, thì mọi căn bệnh khủng khiếp có thể sẽ tan biến; và nếu may mắn thì nó chỉ còn là một căn bệnh nghiêm trọng duy nhất (hoặc không đến nỗi nghiêm trọng), hay thậm chí không có bệnh tình gì cả. Sau đó, bạn có thể cười vào những nỗi sợ trước đó của mình; và nếu có gì thực sự không ổn, thì bạn đã sẵn sàng cho nó. Sự chính xác có thể để lại bi kịch, nhưng nó sẽ đuổi sạch mọi bóng ma và quỷ dữ.

Thứ bạn nghe được nhưng không thấy được trong rừng có thể là một con hổ. Hoặc theo thuyết âm mưu là cả một bầy hổ, con nào cũng đói khát và hung dữ hơn con bên cạnh và được một con cá sấu dẫn đầu. Nhưng cũng có thể không phải như thế. Nếu bạn quay đầu và nhìn kỹ, có lẽ bạn sẽ thấy đó chỉ là một chú sóc. (Tôi biết có người đã thực sự bị một chú sóc rượt đuổi). Có thứ gì đó trong rừng mà bạn biết chắc về nó. Nhưng thường chỉ là một con sóc mà thôi. Tuy nhiên, nếu bạn không chịu nhìn thì đó sẽ là một con rồng và bạn chắc chắn không phải hiệp sĩ: Bạn chỉ là một chú chuột đối mặt với con sư tử; một chú thỏ đang tê dại trước cái nhìn chằm chằm của con sói. Và tôi không nói rằng lúc nào nó cũng là một con sóc. Nó thường sẽ là thứ gì đó thực sự khủng khiếp. Nhưng ngay cả điều khủng

khiếp trong thực tại cũng không ghê gớm bằng những gì ta tưởng tượng. Và thường thì những gì ta không thể đối mặt - vì luôn khiếp sợ nó trong tưởng tượng - thực ra vẫn có thể đối mặt được, khi nó giảm mức độ khủng khiếp đến ngưỡng chấp nhận được trong thực tế.

Nếu bạn trốn tránh trách nhiệm đối diện với những điều không mong muốn, ngay cả khi chúng diễn ra ở mức độ vừa phải, thì thực tại sẽ trở nên rối loạn và hỗn độn đến mức bất ổn. Rồi những điều ta không mong muốn sẽ lớn dần lên, nuốt chửng mọi trật tự, mọi ý thức và mọi khả năng lường trước. Thực tại bị ngó lơ sẽ tự biến đổi (quay lại) thành Nữ thần Hỗn loạn, thành con Quái vật bò sát vĩ đại của cõi Chưa biết - con quái thú ăn mồi mà loài người đã luôn chống lại ngay từ thuở hồng hoang. Nếu ta không chịu nhắc đến khoảng cách giữa ảo tưởng và thực tại, thì khoảng cách ấy sẽ bành trướng, rồi bạn sẽ rơi vào trong nó và kết quả sẽ chẳng hề đẹp đẽ chút nào. Thực tại bị ngó lơ sẽ tự hóa thành vực thẳm đầy hoang mang và khổ đau.

Hãy cẩn trọng với điều bạn nói với chính mình và những người khác về những việc bạn đã, đang và sẽ làm. Tìm kiếm những từ ngữ đúng đắn. Sắp xếp chúng thành câu hợp lý rồi xếp các câu ấy thành những đoạn văn chuẩn xác. Quá khứ có thể được cứu chuộc nếu ta tối giản nó đến tận cốt lõi bằng ngôn từ chính xác. Hiện tại có thể trôi qua mà không đánh cắp tương lai, nếu những thực tại gắn với nó được nói ra rõ ràng. Với suy nghĩ và lời nói thận trọng, ta có thể khai chiết nên vận mệnh phi thường, xuất chúng mà nó có thể chứng minh cho sự tồn tại của ta từ vô số những tương lai u tối, khó chịu vốn rất dễ tự hiển lộ ra. Đây chính là cách Thần Nhãn và Ngôi Lời lập nên trật tự mà ta có thể sống được trong đó.

Đừng giấu lũ tiểu quái vật dưới tấm thảm. Chúng sẽ phát triển. Chúng

sẽ lớn mạnh hơn trong bóng tối. Và rồi vào thời điểm mà bạn không ngờ đến nhất, chúng sẽ nhảy ra và ngấu nghiến bạn. Bạn sẽ rơi xuống một địa ngục vô định và hỗn mang, thay vì bay lên một thiên đường tươi sáng và trong trẻo. Những lời nói can đảm và chân thành sẽ khiến thực tại của bạn trở nên đơn giản, rõ ràng, tinh khôi và dễ sống.

Nếu nhận định vạn vật bằng sự chú tâm và ngôn từ cẩn trọng, bạn sẽ khiến chúng được biết đến như những đối tượng có thể tồn tại và biết phục tùng, cũng như tách chúng ra khỏi mối liên kết phụ thuộc cơ bản. Bạn đơn giản hóa chúng. Bạn khiến chúng trở nên cụ thể và hữu ích, cũng như làm giảm tính phức tạp của chúng. Bạn khiến mình có thể sống cùng với chúng và sử dụng chúng mà không chết mòn trong sự phức tạp ấy, cùng với tính không chắc chắn và nỗi lo lắng hiện hữu. Nếu bỏ mặc mọi thứ trong mơ hồ, bạn sẽ không bao giờ phân biệt được thứ này thứ kia. Mọi thứ sẽ hòa lẫn vào nhau. Điều này sẽ khiến thế giới phức tạp đến mức ta không tài nào xoay xở được.

Bạn phải tỉnh táo định nghĩa nên chủ đề của cuộc đối thoại, đặc biệt khi nó quá khó khăn - hoặc bao hàm mọi thứ và mọi thứ là quá thể. Đó là lý do các cặp vợ chồng thường không nói chuyện với nhau nữa. Mỗi cuộc tranh cãi đều sa lầy thành tất cả những vấn đề từng xảy ra trong quá khứ, hoặc đang tồn tại và những điều tồi tệ có khả năng xảy đến trong tương lai. Không ai có thể thảo luận về "mọi thứ". Thay vì thế, bạn có thể nói: "Đây chính xác là điều khiến tôi không vui. Đây chính xác là điều mà tôi muốn, như một lựa chọn thay thế (mặc dù tôi luôn mở lòng với những đề xuất khác nếu chúng rõ ràng). Đây chính xác là điều mà anh có thể giãi bày, để tôi có thể thôi khiến cuộc sống của hai ta thêm đau khổ." Nhưng để làm được điều đó, bạn phải *nghĩ* rằng: *Chính xác* thì điều gì không đúng?

Chính xác thì mình muốn gì? Bạn phải nói thẳng ra và tạo nên một thế giới mà ta có thể sống được trong sự hỗn loạn. Bạn phải sử dụng lời nói chân thành và chính xác để làm điều đó. Ngược lại, nếu bạn thu mình và trốn tránh, thì thứ mà bạn đang trốn tránh sẽ hóa thành con rồng khổng lồ, ẩn dưới gầm giường bạn, trong khu rừng của bạn và trong ngóc ngách tăm tối nơi tâm trí bạn - và nó sẽ nuốt chửng bạn.

Bạn phải xác định bạn đã ở đâu trong đời để biết được mình đang ở đâu lúc này. Nếu bạn không biết chính xác mình đang ở đâu, nghĩa là bạn có thể ở bất cứ đâu. "Bất cứ đâu" bao hàm quá nhiều nơi và có một số nơi cực kỳ tồi tệ. Bạn phải xác định được nơi mình từng in dấu chân trong cuộc sống này, vì nếu không, bạn sẽ không thể đi đến nơi mình muốn. Bạn không thể đi từ điểm A đến B trừ khi bạn đã ở A rồi; và nếu bạn chỉ ở "bất kỳ đâu", thì cơ hội để đến điểm A quả thật rất mong manh.

Bạn phải xác định mình sẽ đi về đâu trong cuộc đời này, vì bạn không thể đi đến đó nếu không di chuyển theo hướng đó. Lang thang vô định sẽ không giúp bạn tiến về phía trước. Thay vào đó, bạn sẽ thất vọng, mệt mỏi, lo lắng, buồn phiền cũng như khó hòa nhập (sau đó là phẫn uất, oán giận và còn tệ hơn thế nữa).

Hãy nói những gì bạn muốn nói, để nhận ra bạn muốn diễn giải điều gì. Hãy hành động theo những gì mình nói, để thấy được điều gì sẽ xảy đến. Sau đó hãy chú tâm quan sát. Hãy điểm lại những sai lầm. Hãy nói rõ chúng ra. Hãy cố gắng sửa chữa chúng. Đó chính là cách bạn khám phá ý nghĩa của cuộc sống. Nó sẽ bảo vệ bạn khỏi tấn bi kịch của cuộc đời. Còn cách nào khác đâu?

Hãy đương đầu với sự hỗn loạn của Hữu thể. Hãy đặt mục tiêu chống lại đại dương của bao rắc rối. Hãy định rõ điểm đến và vạch ra lộ trình cho

bản thân. Hãy thừa nhận những gì mình muốn. Hãy nói với mọi người xung quanh rằng bạn là ai. Hãy thu hẹp tầm nhìn và quan sát thật chăm chú; và hãy tiến bước vững vàng.

Hãy nhận thức chính xác về bản thân và thế giới quanh mình.

QUY LUẬT 11

ĐỪNG NGĂN CẢN CON BẠN ĐÓN NHẬN THỬ THÁCH

NGUY HIỂM VÀ SỰ TINH THÔNG

CÓ MỘT THỜI, BỌN TRẺ hay trượt ván ở sân khu phía tây hội trường Sidney Smith, thuộc Đại học Toronto nơi tôi làm việc. Tôi hay đứng tại đấy và xem chúng chơi đùa. Ở đây, có những bậc cấp bê-tông cứng, rộng và nông, dẫn từ đường lớn đến cổng chính. Đi kèm theo đó là những tay vịn tròn bằng sắt, đường kính khoảng hơn 6cm và dài độ 6 mét. Những đứa trẻ hiếu động, thường là những cậu bé, sẽ lùi lại khoảng 14 mét từ bậc cấp trên cùng. Sau đó, chúng đặt một chân lên ván trượt và lấy đà tăng tốc. Ngay trước khi va chạm với tay vịn, chúng sẽ cúi xuống, nắm lấy tấm ván bằng một tay và nhảy lên trên tay vịn. Rồi chúng trượt dọc theo chiều dài tay vịn, đẩy mình hướng xuống và tiếp đất - đôi khi rất điệu nghệ trên tấm ván, đôi khi lại ngã lăn quay đau đớn. Dù thế nào, chúng vẫn sẽ trượt lại sớm thôi.

Vài người sẽ nói điều này là ngu ngốc. Có lẽ là thế thật. Nhưng đó cũng là lòng can đảm. Tôi đã thầm nghĩ lũ nhóc này thật tuyệt vời. Tôi nghĩ chúng xứng đáng nhận được một cái vỗ lưng kèm theo một lời khen ngợi thật lòng. Dĩ nhiên, trò này rất nguy hiểm. Nhưng nguy hiểm mới là vấn đề. Chúng muốn chiến thắng sự nguy hiểm. Chúng sẽ an toàn hơn nếu

có thiết bị bảo hộ khi chơi, nhưng các thiết bị này sẽ phá hỏng trò chơi. Lũ trẻ sẽ không cố luyện tập để an toàn. Chúng cố gắng luyện tập để trở nên thành thục - và chính sự thành thục này mới thực sự giúp mọi người an toàn.

Tôi không dám làm những việc mà lũ trẻ ấy đang làm. Thực ra là tôi không thể. Tôi chắc chắn không thể leo lên cần trục tháp trong xây dựng như một tay bạt mạng thời hiện đại nổi như cồn trên Youtube (và tất nhiên là cả những công nhân làm việc với cần trục tháp nữa). Tôi không thích độ cao, tuy độ cao 7.500 mét của máy bay cao thế mà không làm tôi ngại. Tôi đã từng vài lần lái một chiếc tàu lượn bằng sợi carbon - thậm chí còn làm một cú lượn đầu búa với nó - và chuyện đó vẫn ổn, mặc dù đòi hỏi khá nhiều điều kiện về thể chất lẫn tinh thần. (Để thực hiện cú lộn đầu búa, bạn phải lái tàu lượn bay lên thẳng đứng, đến khi trọng lực tác động khiến nó đứng yên. Rồi nó rơi ngược về sau, lộn hình xoắn ốc cho đến khi nó lật nhào và chúi mũi thẳng xuống, rồi bạn kết thúc cú lộn. Hoặc sau đó thì… không còn có sau đó nữa.) Nhưng tôi không thể trượt ván - đặc biệt là trên tay vịn - và tôi cũng không thể leo lên cần trục.

Hội trường Sidney Smith đối diện với một con đường khác ở phía đông. Trớ trêu thay, dọc trên con đường St. George ấy, trường đại học đã cho xây một loạt những khối bê-tông cứng, sắc cạnh dốc xuống dọc theo lối đi. Lũ trẻ cũng hay ra đó và trượt ván dọc theo các cạnh của khối bê-tông, như chúng vẫn làm với khu vực bê-tông xung quanh bức tượng điêu khắc cạnh tòa nhà. Nhưng chẳng được bao lâu. Những ngàm sắt nhỏ được gọi là "thanh chặn" (skatestopper) đã nhanh chóng xuất hiện, mỗi ngàm như thế cách nhau tầm 1-2 mét dọc theo các cạnh này. Lần đầu tiến nhìn thấy chúng, tôi chợt nhớ đến một sự kiện diễn ra tại Toronto vài năm về

trước. Hai tuần trước khi cấp tiểu học nhập học, tất cả trang thiết bị sân chơi trên toàn thành phố đều biến mất. Điều luật quản lý chúng đã thay đổi, vì người ta lo rằng chúng không an toàn. Các sân chơi được gấp rút tháo dỡ; mặc dù chúng đủ an toàn, được miễn trừ chi phí bảo hiểm và do phụ huynh chi trả (mới gần đây). Điều này có nghĩa sẽ không có sân chơi nào trong hơn một năm tới. Trong suốt thời gian này, tôi thường thấy chán nhưng lại rất ngưỡng mộ lũ trẻ rượt đuổi nhau trên sân thượng của trường học địa phương. Hoặc chơi như thế, hoặc chúng sẽ lăn trên cát với bọn mèo và những đứa nhóc ít có máu mạo hiểm hơn.

Tôi dùng từ "đủ an toàn" cho sân chơi đã bị tháo dỡ ấy, vì khi sân chơi được thiết kế quá an toàn, trẻ em hoặc sẽ ngưng chơi ở đó, hoặc sẽ bắt đầu bày ra những trò ngoài dự tính. Trẻ em cần sân chơi đủ nguy hiểm để duy trì tính thử thách. Con người, bao gồm cả trẻ em (xét cho cùng thì chúng cũng là con người) không tìm cách giảm thiểu rủi ro. Mà họ tìm cách tối ưu hóa nó. Họ lái xe, đi bộ, yêu đương và vui chơi để đạt được những điều họ khao khát; nhưng đồng thời họ cũng tự thúc đẩy bản thân thêm đôi chút để tiếp tục tiến bộ. Vì thế, nếu mọi thứ quá an toàn, thì con người (bao gồm cả trẻ em) sẽ bắt đầu tìm cách khiến chúng nguy hiểm trở lại.

Khi không bị ngăn trở - và được ủng hộ - chúng ta luôn thích sống mạo hiểm hơn. Tại đó, chúng ta có thể vừa tự tin về kinh nghiệm của mình, vừa có thể đối mặt với sự hỗn loạn để giúp ta phát triển. Vì lẽ đó, ta tự động tận hưởng thách thức mà chẳng cần phải đắn đo (vài người trong chúng ta tận hưởng nhiều hơn người khác). Chúng ta cảm thấy tràn trề sinh lực và hào hứng khi nỗ lực tối ưu hóa thành tích trong tương lai, trong khi vẫn chơi đùa ở hiện tại. Nếu không, ta sẽ trầy trật quẩn quanh, lười biếng, thiếu ý thức, non nớt và lơ đễnh. Khi được bảo bọc quá mức, chúng ta sẽ thất bại

khi điều gì đó nguy hiểm, khó lường và đầy cơ hội bất ngờ xuất hiện, như một lẽ đương nhiên không tránh khỏi.

Những "thanh chắn" trông chẳng hấp dẫn gì. Lẽ ra cảnh quan xung quanh bức tượng gần đó đã bị phá hoại nghiêm trọng bởi những tay lướt ván chuyên cần trước khi nó trông như bây giờ - gắn đầy kim loại như vòng cổ của một chú cún con. Những chậu cây lớn gắn đầy những thanh bảo hộ kim loại dọc theo miệng bồn, với khoảng cách bất hợp lý. Thêm vào đó là những vết mài mòn do những tay trượt ván gây ra, góp phần tạo ấn tượng đáng buồn cho một thiết kế tồi tàn, của sự oán giận và những suy nghĩ muộn màng được thực thi quá tệ. Khu vực này đáng lẽ phải rất đẹp với bức tượng điêu khắc và cây xanh tô điểm, nhưng nay lại mang dáng vẻ chung của một khu công nghiệp/nhà giam/trại tâm thần/trại khổ sai, theo kiểu những người xây dựng lẫn quan chức đều không thích hoặc không tin tưởng những người mà họ phụng sự.

Vẻ xấu xí rành rành, đập ngay vào "mắt" của giải pháp, đã biến những lý do để việc thực thi nó trở thành một lời nói dối.

THÀNH CÔNG VÀ NỖI OÁN GIẬN

Nếu bạn tìm đọc về những nhà tâm lý học chuyên sâu - như Freud và Jung, cũng như tiền bối của họ là Friedrich Nietzsche - thì bạn sẽ học được rằng luôn có mặt tối trong mọi sự. Freud đào sâu ý nghĩa ngầm ẩn, tiềm tàng của những giấc mơ, mà theo ý ông là thường nhằm biểu lộ một mong muốn hư hỏng nào đó. Jung tin rằng mọi hành vi chuẩn mực trong xã hội đều gắn liền với con quỷ song sinh của nó - tức cái bóng vô thức của nó. Còn Nietzsche nghiên cứu vai trò của cái mà ông gọi là *sự oán giận* trong việc thúc đẩy những hành động có bề ngoài ích kỷ - và tất cả thường đều

được biểu lộ công khai.

Vì người ấy bị chi phối bởi sự trả thù - mà theo tôi chính là chiếc cầu dẫn lối đến hy vọng cao cả nhất và cung cầu vồng sau những cơn bão dai dẳng. Cũng như loài nhện đen Tarantula vậy. Họ nói với nhau rằng: "Những điều mà công lý cho ta thấy đích xác là một thế giới ngập tràn bão tố của sự báo thù." "Chúng ta báo thù và lạm dụng những gì mà chúng ta sẽ không động đến khi còn công bình" - giống như lời thề tận đáy lòng của con nhện đen vậy. "Và 'ước nguyện bình đẳng từ đó trở thành danh xưng của đức hạnh; và chúng ta có quyền được thét lên phản đối nếu có điều gì đi ngược lại!" Những nhà tuyên truyền về sự bình đẳng, những kẻ cuồng bạo trong chúng ta cứ gào thét đòi bình đẳng: Thế là khát vọng thầm kín nhất của ta - trở thành bạo chúa - sẽ giấu mình trong ngôn từ cao thượng.

Nhà tiểu luận có một không hai người Anh, George Orwell, hiểu rất rõ điều này. Vào năm 1937, ông đã viết tác phẩm *The Road to Wigan Pier* (tạm dịch: *Con đường đến bến Wigan),* chỉ trích gay gắt các nhà chủ nghĩa xã hội thương lưu tại Anh (mặc dù chúng cũng ám chỉ ông, một người theo chủ nghĩa xã hội). Trong nửa đầu cuốn sách, Orwwell khắc họa hoàn cảnh khốn khổ của những thợ mỏ người Anh vào thập niên 1930:

Vài nha sĩ bảo tôi rằng trong các vùng công nghiệp, người trên 30 tuổi mà vẫn còn răng thì thật là bất thường. Ở Wigan, nhiều người có ý kiến rằng tốt nhất nên nhổ bỏ hết răng càng sớm càng tốt. 'Răng chỉ đem đến khổ đau - một phụ nữ nói với tôi như thế.

Một công nhân mỏ ở bến Wigan cần phải đi bộ - bò thì đúng hơn nếu xét theo chiều cao của giàn kèo - khoảng ba dặm dưới lòng đất tối tăm,

chịu va đầu rách lưng chỉ để hoàn thành ca làm việc bảy tiếng rưỡi đồng hồ cực nhọc. Sau đó, họ phải bò trở ra. "Nó sánh ngang với việc phải leo lên một ngọn núi trước và sau ngày làm việc"- Orwell khẳng định. Khoảng thời gian này không được trả công một đồng nào.

Orwell viết *Con đường đến bến Wigan* cho hội Left Book Club - một nhóm hoạt động xã hội chuyên xuất bản một tuyển tập hằng tháng. Sau khi đọc hết nửa đầu cuốn sách, mô tả trực tiếp hoàn cảnh cá nhân của các thợ mỏ, ta thật không khỏi thương xót cho những người lao động nghèo. Chỉ có quái vật mới không mềm lòng trước ghi chép về những mảnh đời mà Orwell diễn tả:

> *Cách đây không lâu, điều kiện trong hầm mỏ thậm chí còn tồi tệ hơn bây giờ. Vẫn còn những bà lão có tuổi trẻ gắn liền với công việc dưới lòng đất, dùng cả tứ chi để bò và kéo lê những ống than. Họ vẫn làm việc này ngay cả khi đang mang thai.*

Tuy vậy, ở nửa sau cuốn sách, Orwell lại chuyển hướng sang một vấn đề khác: Sự không được ưa chuộng tương đối của xã hội chủ nghĩa tại Anh vào thời điểm đó, bất chấp tình trạng bất bình đẳng rõ ràng và đau đớn đầy rẫy khắp nơi. Ông kết luận rằng các kiểu cải cách xã hội của những kẻ ăn mặc chỉn chu với triết lý trên bàn giấy đều đáng khinh và rẻ tiền, luôn tự xem mình là nạn nhân và thường không hề yêu thương người nghèo như họ tuyên bố. *Thay vào đó, họ chỉ ghét lũ nhà giàu*. Họ ngụy trang sự oán giận và ghen ghét bằng lòng mộ đạo, thánh thiện và tự cho mình là đúng. Những điều vô thức - hoặc nhân danh công lý xã hội - thường xuất hiện ở phe cánh tả - mà đến nay cũng không thay đổi mấy. Chính vì Freud, Jung, Nietzsche - và Orwell - mà tôi luôn tự hỏi: "Vậy các vị đang chống lại điều gì?", và lúc nào tôi nghe ai đó nói dõng dạc: "Tôi

ủng hộ điều này!" Câu hỏi có vẻ đặc biệt chính đáng nếu người nói đó cũng chính là người phàn nàn, chỉ trích hoặc cố gắng thay đổi hành vi của kẻ khác.

Tôi tin rằng Jung chính là người đã đưa ra một tuyên bố nguy hại nhất về phân tâm học: *Nếu bạn không hiểu tại sao một người làm điều gì đó, thì hãy nhìn vào hậu quả - và suy ra động cơ*. Đây được xem là chiếc dao mổ trong tâm lý học. Nó không phải lúc nào cũng là công cụ thích hợp. Nó có thể cắt quá sâu hoặc sai chỗ. Có lẽ nó chỉ là lựa chọn cuối cùng. Tuy nhiên, có những lúc mà sử dụng nó sẽ khai sáng cho ta.

Giả sử, nếu hậu quả của việc gắn những "thanh chặn" trên các chậu cây và chân tượng để làm cho những nam thanh thiếu niên cảm thấy không vui, và khiến không một ai mảy may quan tâm đến vẻ đẹp mỹ học mang chủ nghĩa thô mộc, thì đó chính là mục tiêu của chúng. Khi ai đó khẳng định hành động của họ xuất phát từ những nguyên tắc cao cả nhất nhằm mang lại những điều tốt đẹp cho người khác, thì chẳng có lý do gì để cho rằng động cơ ấy là chân thành. Những người có động cơ khiến mọi thứ tốt đẹp hơn thường chẳng quan tâm đến chuyện thay đổi người khác - hoặc nếu có thì cũng là vì họ nhận trách nhiệm tạo ra những thay đổi ấy cho chính họ (và trước nhất). Đằng sau việc tạo ra những luật lệ ngăn cấm bọn trẻ trượt ván trình diễn kỹ năng điêu luyện, nguy hiểm và can đảm, tôi nhận thấy hành động của một linh hồn hiểm độc và chống đối nhân loại sâu sắc.

ĐÔI ĐIỀU VỀ CHRIS

Bạn tôi, Chris, người mà tôi đã nhắc đến trong các chương trước, từng bị một linh hồn xấu nhập vào - dẫn đến sức khỏe tinh thần của cậu ta bị

tổn hại nghiêm trọng. Một phần những điều xâm chiếm cậu ta đến từ cảm giác tội lỗi. Cậu từng học tiểu học và trung học cơ sở tại nhiều thị trấn, trên tận những vùng thảo nguyên mênh mông băng giá của Alberta, trước khi đến Fairview (nơi tôi nhắc đến trong chương trước). Đánh nhau với lũ trẻ địa phương là một phần trải nghiệm quá đỗi bình thường của cậu ấy trong những lần chuyển nhà. Cũng không quá khi nói rằng những đứa trẻ ở đây nhìn chung đều hung dữ hơn mấy đứa nhóc da trắng, hoặc có thể do chúng dễ tự ái hơn (nhưng chúng có lý do riêng của mình). Tôi biết được điều đó dựa trên kinh nghiệm bản thân.

Khi học tiểu học, tôi có một đứa bạn chí cốt tên Rene Heck[60], một đứa con lai thổ dân Métis. Chúng tôi thân với nhau nhờ vào một hoàn cảnh phức tạp. Rene và tôi khác biệt rất lớn về văn hóa. Quần áo của cậu bẩn hơn tôi. Thái độ cùng lời nói cũng thô lỗ hơn. Do học nhảy lớp nên trông tôi nhỏ hơn độ tuổi. Rene là đứa to con, thông minh, bảnh trai và cũng rất cứng cựa. Chúng tôi học cùng nhau vào năm lớp sáu, trong một lớp do bố tôi dạy. Trong giờ học, bố tôi bắt gặp Rene nhai kẹo cao su. "Rene", ông bảo. "Nhả kẹo ra nào. Trông em như con bò vậy." "Ha ha. Bò Rene", tôi thầm cười nhạo. Rene có thể là bò thật, nhưng tai cậu ta rất thính. "Peterson, tan học mày chết với tao", Rene bật lại.

Sáng sớm hôm ấy, Rene và tôi đã hẹn nhau xem phim vào buổi tối, ở rạp phim Gem trong vùng. Cái rạp như kiểu sắp sụp đến nơi. Dù sao thì thời khắc còn lại của ngày hôm ấy cũng trôi qua đầy vội vã và bức bối, giống như có mối đe dọa và nỗi đau rình rập. Rene dư sức cho tôi một trận nhừ tử. Tan học, tôi dùng hết tốc lực về lấy chiếc xe đạp dựng ngoài trường, nhưng Rene đã bắt tôi ngay tại trận. Chúng tôi chạy vòng quanh chiếc xe, Rene một bên và tôi một bên. Chúng tôi như các nhân vật trong

bộ phim hài ngắn "Cớm Keystone" vậy. Miễn là tôi cứ tiếp tục chạy vòng quanh như thế thì Rene chẳng thể nào tóm được tôi. Nhưng sách lược ấy không thể hiệu quả mãi. Tôi hét to xin lỗi, nhưng cậu chẳng đoái hoài. Lòng tự tôn của cậu bị xúc phạm và chỉ muốn tôi trả giá.

Tôi cúi mình núp sau vài chiếc xe đạp, mắt vẫn chú ý quan sát Rene. "Rene, tao xin lỗi vì kêu mày là bò. Đừng đánh nhau nữa", tôi hét. Cậu ta bắt đầu áp sát tôi. Tôi nói tiếp: "Rene, tao rất xin lỗi mày vì đã nói thế. Thật đấy. Tao vẫn muốn cùng mày xem phim." Đây không chỉ là một chiến thuật, mà quả là tôi có ý như thế. Nếu không thì mọi chuyện tiếp theo đã không diễn ra. Rene ngừng lại, nhìn chằm chằm vào tôi. Rồi cậu ta bật khóc và chạy mất. Đó là câu chuyện vắn tắt về tình bạn giữa một đứa trẻ bản xứ và một đứa da trắng trong một thị trấn nhỏ nghèo nàn. Chúng tôi đã không bao giờ đi xem phim cùng nhau.

Khi anh bạn Chris của tôi gặp trường hợp tương tự với những đứa trẻ bản xứ, cậu ta sẽ không đánh lại. Chris không hề cho rằng việc tự vệ là chính đáng về mặt đạo đức, nên cậu ta cứ chịu trận. Sau này, cậu viết trong thư rằng: "Chúng ta đã chiếm đất của họ. Thế là sai. Nên họ tức giận là điều hiển nhiên." Thời gian trôi qua, Chris từng bước tách mình khỏi thế giới. Đó một phần là do lỗi của cậu ấy. Cậu dần hình thành sự oán ghét đối với cánh đàn ông và những việc họ làm. Cậu ta cho rằng việc đi học, đi làm hay có bạn gái là một phần của quá trình thuộc địa hóa Bắc Mỹ, hay tình trạng bế tắc hạt nhân thời Chiến tranh Lạnh, để rồi bòn rút cả hành tinh. Chris đọc vài quyển kinh Phật và cảm thấy rằng việc phủ nhận Hữu thể của bản thân mình chính là một hành động đạo đức cần thiết giữa tình hình thế giới lúc bấy giờ. Cậu tin rằng điều này cũng nên được áp dụng với những người khác.

Khi tôi còn là sinh viên đại học, có một khoảng thời gian Chris là bạn cùng phòng với tôi. Một đêm nọ, chúng tôi cùng nhau đến một quầy bar địa phương. Sau đó, chúng tôi đi bộ về nhà. Chris bắt đầu đập vỡ kính chiếu hậu của những chiếc xe hơi đỗ ven đường, từng chiếc một. Tôi nói: "Dừng lại đi, Chris. Cậu khiến chủ những chiếc xe này khổ sở thì ích gì chứ?" Chris nói rằng, những người đó đều là một phần trong hoạt động cuồng tín của nhân loại, hủy hoại mọi thứ và họ xứng đáng với những gì mình nhận được. Tôi tiếp lời rằng việc trả thù những người đang sống một cuộc sống bình thường này sẽ chẳng giúp ích gì cả.

Nhiều năm sau, khi tôi đã vào cao học tại Montreal, Chris đã xuất hiện trong một lần viếng thăm. Nhưng giờ cậu ta không có mục tiêu và lạc lối. Chris hỏi tôi có thể giúp cậu ta không và sau đó cậu dọn vào ở cùng tôi. Thời điểm đó tôi đã kết hôn và sống với vợ tôi Tammy, cùng con gái một tuổi của chúng tôi, Mikhaila. Chris cũng từng là bạn của Tammy thời còn ở Fairview (và nuôi hy vọng rằng mối quan hệ ấy sẽ trên mức tình bạn). Tình huống ngày càng phức tạp hơn - nhưng hoàn toàn không theo kiểu mà bạn có thể đang nghĩ đâu. Ban đầu, Chris ghét đàn ông, nhưng cuối cùng cậu lại quay ra ghét phụ nữ. Cậu ta từng muốn có được họ, nhưng lại từ bỏ học hành, sự nghiệp và khát vọng của mình. Cậu ta nghiện thuốc nặng và thất nghiệp. Vì lẽ đó, không ngạc nhiên khi chẳng có cô nào thích cậu. Càng như vậy, Chris lại càng chua xót hơn. Tôi cố thuyết phục rằng con đường cậu ta chọn chỉ khiến tương lai bị hủy hoại thêm. Cậu ấy cần khiêm nhường hơn đôi chút và tìm lại cuộc sống.

Một tối nọ, đến lượt Chris nấu ăn. Khi vợ tôi về, căn hộ ngập trong khói. Bánh hamburger cháy khét trong chảo. Trong khi đó, Chris đang khom người sửa lại thứ gì đó long ra từ chân bếp lò. Vợ tôi biết ngay trò

của cậu ta. Cô ấy biết cậu ta cố tình làm cháy bữa tối. Chris ghét phải nấu ăn. Cậu ta oán hận vai trò của phụ nữ (dù mọi người đã phân chia công việc nhà một cách hợp lý, ngay cả cậu ta cũng biết rõ). Cậu ta sửa bếp lò cốt để tạo ra một cái cớ hợp lý, thậm chí đáng tin cho việc làm cháy thức ăn. Khi bị vợ tôi chỉ ra, cậu ta ra vẻ là người bị hại, nhưng lại phát rồ và cực kỳ nguy hiểm. Phần nào đó trong cậu - và không phải phần tốt đẹp - khiến cậu tin rằng mình thông minh hơn bất cứ ai. Nên việc bị cô ấy nhìn ra mánh lới của mình cũng giống như một đòn giáng thẳng vào lòng kiêu hãnh của cậu ta. Quả là một tình huống tồi tệ.

Hôm sau, Tammy và tôi tản bộ đến công viên địa phương. Chúng tôi cần ra ngoài căn hộ dù nhiệt độ bên ngoài đang là âm 35 độ. Trời rét đậm, ẩm ướt và mù sương. Gió hôm ấy rét buốt. Thời tiết thật khắc nghiệt. Tammy bộc bạch rằng sống với Chris vậy là đã quá lắm rồi. Chúng tôi vào công viên. Những cành cây đâm xuyên qua màn sương xám ẩm ướt. Trên cây có một con sóc đen, lông đuôi trụi lủi, đu người trên cành cây trụi lá. Thân nó run lên từng hồi rần rật, cố chống lại cái rét buốt của cơn gió. Chúng làm gì bên ngoài trong cái lạnh này? Mùa này chúng phải đang ngủ đông mới đúng chứ. Chúng chỉ ra ngoài kiếm ăn lúc thời tiết ấm áp thôi chứ. Sau đó, chúng tôi thấy rất nhiều con nữa. Hết con này đến con khác. Sóc ở khắp công viên, con nào cũng trụi lông một phần ở đuôi và cơ thể. Tất cả đều chống chọi với cơn gió trên cành, run rẩy và đông cứng trong cái lạnh giá chết người. Xung quanh chẳng có lấy một ai. Điều này thật khó tin, không thể giải thích được. Nhưng mọi thứ thật trùng hợp. Chúng tôi như đang trên sân khấu của một vở kịch đầy hoài nghi được Thượng Đế đạo diễn. Sau đó không lâu, Tammy đã dắt con gái chúng tôi đi đâu đó vài ngày.

Gần lễ Giáng sinh cùng năm ấy, em trai tôi cùng cô vợ mới cưới ghé thăm chúng tôi từ miền Tây Canada. Em tôi cũng quen biết Chris. Họ đều mặc quần áo ấm, chuẩn bị đi dạo quanh khu trung tâm Montreal. Chris mặc áo khoác đông dài, tối màu. Cậu đội mũ len dệt kim đen không vành và kéo phủ cả đầu. Áo khoác, quần và bốt đều tuyền đen. Cậu ta cao gầy và trông hơi gù. Tôi đùa: "Chris ạ, trông cậu hệt như tên sát nhân hàng loạt vậy." Chúng tôi cười ha ha. Rồi ba chúng tôi đi bộ về. Chris có vẻ bực bội. Hệt như có người lạ xâm nhập lãnh thổ của cậu ta vậy. Nhìn một cặp đôi khác đang hạnh phúc như xát muối vào những vết thương của cậu ta vậy.

Chúng tôi đã có một bữa tối khá ngon. Chúng tôi cùng trò chuyện và kết thúc buổi tối. Nhưng tôi vẫn không ngủ được. Có điều gì đó không đúng. Tôi có một linh cảm. Đến 4 giờ sáng thì tôi không chịu được nữa. Tôi bò ra khỏi giường, khẽ gõ cửa phòng Chris rồi cứ thế mà bước vào, chẳng đợi cho phép. Đúng như tôi đoán, cậu ta vẫn thức và nằm trên giường, nhìn trân trân lên trần nhà. Tôi ngồi xuống cạnh cậu ấy. Tôi hiểu cậu rất rõ. Tôi tìm cách xoa dịu cơn thịnh nộ muốn giết người của cậu. Sau đó, tôi trở lại giường và thiếp đi. Sáng hôm sau, em trai kéo tôi dậy và muốn nói chuyện. Chúng tôi ngồi xuống. Cậu ấy hỏi: "Chuyện quái gì xảy ra tối qua vậy? Em chẳng ngủ được chút nào. Có chuyện gì à?" Tôi bảo rằng Chris không được khỏe. Tôi đã không nói với em mình rằng cậu ấy thật may mắn vì vẫn còn sống - và chúng tôi cũng thế. "Linh hồn của Cain" đã ghé qua nhà chúng tôi, nhưng chúng tôi đều bình an vô sự.

Có lẽ tôi đã ngửi được mùi gì đó khang khác tối qua khi cái chết cận kề. Chris toát ra một mùi rất gắt. Cậu ta tắm thường xuyên, nhưng khăn tắm và tấm ga giường cũng ám thứ mùi ấy. Không cách nào xóa sạch được. Đây là sản phẩm do tâm trí và thể xác không hài hòa với nhau. Tôi

có quen một nhân viên công tác xã hội cũng biết Chris. Cô nói với tôi rằng cô quá quen với mùi đó rồi. Mọi người nơi cô làm việc đều biết đến nó, dù họ chỉ thì thầm bàn tán. Họ gọi đó là mùi "thất nghiệp".

Sau khi hoàn thành các bài nghiên cứu cho chương trình sau tiến sĩ, tôi cùng Tammy chuyển từ Montreal đến Boston sống. Vợ chồng tôi sinh đứa thứ hai. Thỉnh thoảng, tôi và Chris vẫn nói chuyện qua điện thoại. Cậu ta có ghé thăm nhà một lần. Mọi chuyện đã suôn sẻ. Cậu ấy đã kiếm được việc làm trong cửa hàng sửa chữa xe hơi. Cậu ấy đang cố gắng cải thiện tình hình tốt lên. Cậu ta ổn ở thời điểm ấy. Nhưng không được bao lâu. Sau đó, tôi không còn gặp cậu ở Boston lần nào nữa. Đến gần mười năm sau - vào một đêm trước sinh nhật lần thứ 40 của cậu - cậu ấy mới gọi lại cho tôi. Khi ấy, gia đình tôi đã chuyển đến Toronto. Cậu ấy có vài tin mới. Câu chuyện mà cậu viết sắp được xuất bản trong tuyển tập của một tờ báo nhỏ nhưng chính thống. Cậu ấy muốn báo tôi biết. Cậu đã viết vài câu chuyện ngắn hay và tôi đã đọc hết chúng. Chúng tôi đã thảo luận rất lâu về chúng. Chris còn là một tay nhiếp ảnh cừ khôi. Cậu có cái nhìn tốt và sáng tạo. Hôm sau, Chris lái cái xe tải nhỏ cũ kỹ - cũng chính là con quái thú nham nhở từ Fairview - đâm vào bụi rậm. Cậu ta đã nối một ống nhựa từ ống xả vào buồng lái của xe. Tôi có thể mường tượng được hình ảnh của cậu ấy, qua tấm kính chắn gió vỡ nát, đang ngồi hút thuốc và chờ đợi. Người ta phát hiện thi thể cậu vài tuần sau đó. Tôi gọi điện cho bố cậu. Ông nghẹn ngào: "Đứa con trai yêu quý của tôi."

Gần đây, tôi được mời phát biểu một bài diễn thuyết TEDx tại trường đại học bên cạnh. Có một vị giáo sư diễn thuyết trước. Ông được mời chia sẻ về công trình của mình - một công trình kỹ thuật tuyệt vời - với các màn hình máy tính thông minh (giống như màn hình cảm ứng của máy tính,

nhưng có thể đặt khắp mọi nơi). Nhưng ông lại kể về mối đe dọa mà con người gây ra cho sự sống còn của hành tinh này. Giống như Chris - và bao người khác - ông có tư tưởng chống đối con người từ trong bản chất. Ông ta không dấn sâu vào con đường đấy như bạn tôi, nhưng cả hai đều bị linh hồn đáng sợ ấy cổ vũ.

Ông đứng trước màn hình đang trình chiếu vô số hình ảnh của một nhà máy công nghệ cao có bề rộng hàng dãy nhà của Trung Quốc. Hàng trăm nhân công lẳng lặng mặc đồ trắng đứng sau các dây chuyền lắp ráp, gắn mảnh A vào mảnh B như những con robot vô tri, vô giác. Ông nói với khán giả - đa phần là những thanh niên sáng láng - về quyết định chỉ sinh một con của ông và vợ mình. Ông nói đó cũng là điều mà mọi người đều nên cân nhắc, nếu muốn tự xem mình là người có đạo đức. Tôi cho rằng quyết định ấy đáng được cân nhắc hợp lý - nhưng chỉ trong trường hợp cụ thể của ông ta thôi (thậm chí ít hơn một đứa lại tốt hơn). Nhiều sinh viên Trung Quốc tham gia tỏ vẻ lãnh đạm trước màn giảng đạo của ông ta. Có lẽ họ nghĩ về bố mẹ mình đã trốn thoát khỏi cuộc Cách mạng Văn hóa và chính sách "một con". Có lẽ họ nghĩ sự cải thiện to lớn trong mức sống và tự do là nhờ vào các nhà máy tương tự. Vài người đã nói rất nhiều về điều đó trong phần đặt câu hỏi.

Liệu vị giáo sư đó có cân nhắc lại quan điểm của mình không, nếu ông ta biết những ý kiến của mình sẽ dẫn đến đâu? Tôi muốn trả lời là có, nhưng không tin lắm. Tôi nghĩ có lẽ ông đã biết nhưng không chịu chấp nhận. Tệ hơn, có lẽ ông ta biết rõ nhưng lại chẳng màng đến; hoặc đã biết - nhưng vẫn tự nguyện đâm đầu vào đó bất chấp hậu quả.

NHỮNG THẨM PHÁN TỰ XƯNG CỦA LOÀI NGƯỜI

Cách đây không lâu, Trái Đất dường như là nơi rộng lớn vô tận so với số người sinh sống trên đó. Chỉ đến cuối thập niên 1800, nhà sinh vật học lỗi lạc Thomas Huxley (1825-1895) - một người bảo vệ trung thành học thuyết tiến hóa Darwin và cũng là ông nội của Aldous Huxley - mới tuyên bố với Nghị viện Anh rằng nhân loại không thể nào khai thác cạn kiệt đại dương được. Sức mạnh sinh sôi của đại dương đơn giản là quá vĩ đại, như ông có thể xác định, ngay cả khi đã so với lối sống ăn thịt dữ dội nhất của loài người. Nhưng chỉ trong chưa đến 50 năm, cuốn sách *Silent spring* (tạm dịch: *Mùa xuân câm lặng)* của Rachel Carson đã làm nổ ra phong trào về môi trường. Chỉ 50 năm! Có là gì đâu! Thậm chí chẳng phải là hôm qua.

Chúng ta chỉ vừa mới phát triển các công cụ và công nghệ mang tính khái niệm, cho phép ta hiểu được mạng lưới của sự sống, dù chưa hoàn hảo. Vì thế, chúng ta xứng đáng nhận được chút cảm thông cho sự tổn thương giả định từ hành vi phá hoại của mình. Đôi khi chúng ta không biết làm gì tốt hơn. Đôi khi chúng ta lại biết rất rõ, nhưng chưa lập ra được bất kỳ giải pháp thực tiễn nào. Xét cho cùng, cuộc sống không hề đơn giản với loài người, thậm chí ngay lúc này - và chỉ mới vài thập kỷ trước đây, đa số loài người phải lâm vào cảnh chết đói, bệnh tật và mù chữ. Dù giàu có (mọi người ngày càng giàu lên ở khắp nơi), chúng ta chỉ sống được vài thập kỷ đếm trên đầu ngón tay. Ngay cả trong hiện tại, chỉ một gia đình may mắn hiếm hoi mới không có thành viên nào mắc bệnh hiểm nghèo - nhưng sau cùng ai cũng phải đối mặt với vấn đề này. Chúng ta làm mọi điều có thể để đưa mọi chuyện theo hướng tốt nhất, bằng sự mong manh dễ vỡ của mình và hành tinh này luôn khắc nghiệt với chúng ta hơn chúng ta đối với nó. Chúng ta có thể cho phép bản thân mềm yếu đôi chút.

Dẫu sao, loài người chúng ta vẫn là sinh vật cực kỳ đáng kinh ngạc. Không có loài nào sánh ngang với chúng ta và không rõ chúng ta có giới hạn thực sự nào không. Những điều đang xảy ra trong thực tại từng tưởng như bất khả thi đối với loài người trong quá khứ gần đây, khi chúng ta vừa thức tỉnh về những trách nhiệm to lớn ở cấp độ hành tinh này. Vài tuần trước khi viết những dòng này, tôi tình cờ xem được hai đoạn phim ngắn liên tiếp trên Youtube. Một đoạn nói về một vận động viên đoạt huy chương vàng môn nhảy sào năm 1956; đoạn còn lại nói về vận động viên nhận huy chương bạc môn nhảy sào tại Olympics năm 2012. Nhưng hai đoạn phim trông không giống như cùng một môn thể thao - hoặc tả hai người cùng một loài. Điều McKayla Maroney[61] thể hiện trong năm 2012 từng được xem là "siêu nhân" trong thập niên 1950. Parkour, môn thể thao xuất phát từ khóa đào tạo vượt chướng ngại vật của quân đội Pháp, cũng tuyệt vời như chạy tự do vậy.

Tôi đã xem nhiều tuyển tập phim về parkour và không thể giấu nổi sự ngưỡng mộ. Vài đứa trẻ nhảy qua những tòa nhà ba tầng lầu mà không hề thương tích. Nó nguy hiểm - nhưng tuyệt vời. Những người leo cần trục tháp cũng dũng cảm không thể tin được. Những người chạy xe đạp trên địa hình hiểm trở, trượt ván tuyết tự do, lướt những con sóng cao đến 15 mét và trượt ván cũng dũng cảm như thế.

Còn những thanh niên xả súng tại trường Trung học Columbine, mà chúng ta đã bàn trong chương trước, đã tự cho họ là những vị thẩm phán của nhân loại - giống như vị giáo sư trong chương trình TEDx, dù chúng cực đoan hơn rất nhiều; giống như Chris, người bạn quá cố của tôi. Đối với Eric Harris, kẻ có học thức hơn trong hai tên sát nhân, hắn cho rằng nhân loại là giống loài sa ngã và mục ruỗng. Một khi thành kiến như thế

được chấp nhận, mọi logic bên trong hẳn nhiên sẽ biểu thị nó ra. Nếu vấn đề ở đây là bệnh dịch như David Attenborough đã từng lên tiếng, hay ung thư như Hội La Mã (Club of Rome)[62] từng phát biểu, thì người xóa sổ được nó sẽ được xem là anh hùng, là vị cứu tinh đích thực của cả hành tinh. Một đấng cứu thế đúng nghĩa phải tuân theo logic đạo đức nghiêm ngặt của chính mình và quên cả bản thân. Đây là điều mà những kẻ giết người hàng loạt, bị thôi thúc bởi nỗi oán hận gần như vô hạn, thường làm. Ngay cả Hữu thể của họ cũng không thể bênh vực cho sự tồn tại của nhân loại. Thực ra, họ tự giết mình đơn thuần để chứng minh cho sự thuần khiết của cam kết hủy diệt. Không ai trong thế giới hiện đại có thể bày tỏ ý kiến rằng sự tồn tại của loài người sẽ trở nên tốt đẹp hơn khi không có người Do Thái, người da đen, người Hồi giáo hay người Anh mà không bị phản đối. Vậy vì sao lại đúng khi cho rằng hành tinh này sẽ tốt đẹp hơn nếu có ít người sống trên đó hơn? Tôi không khỏi mường tượng ra một khuôn mặt xương xẩu, nhếch mép cười hân hoan trước một khả năng tận thế, giấu mặt sau những tuyên bố như thế. Và vì sao những người thường kiên quyết chống lại định kiến lại hay tự cảm thấy bản thân phải có trách nhiệm tố giác nhân loại đến vậy?

Tôi đã từng thấy các sinh viên đại học, đặc biệt là sinh viên ngành nhân văn, thực sự suy sụp về sức khỏe tinh thần khi các em bị đày đọa bởi triết lý của những người bảo vệ hành tinh này, chỉ vì họ đã tồn tại như những thành viên của nhân loại. Tôi nghĩ điều này còn tệ hơn đối với những người trẻ. Vì khi được thừa hưởng đặc quyền từ chế độ gia trưởng, những thành tựu của họ luôn bị xem là có sẵn. Nếu là người ủng hộ tiềm năng của một thứ văn hóa cưỡng bức, họ sẽ là đối tượng bị tình nghi về tấn công tình dục. Tham vọng khiến họ cướp bóc hành tinh này. Họ không được

chào đón. Ở bậc trung học cơ sở, trung học phổ thông và đại học, họ tụt hậu trong học tập. Khi con trai tôi được 14 tuổi, chúng tôi đã bàn về điểm số của thằng bé. Thằng bé nói rằng nó đã làm rất tốt đối với một đứa con trai. Nhưng tôi đòi hỏi nhiều hơn. Nó đáp rằng mọi người đều biết con gái thường học giỏi hơn con trai trong trường. Giọng điệu của nó thể hiện sự bất ngờ trước sự ngờ nghệch của tôi về điều gì đó hiển nhiên. Khi viết đến dòng này, tôi đã nhận được ấn bản mới nhất của tờ *The Economist*. Các bạn biết bài đăng trang bìa là gì không? "The Weaker Sex" (Phái yếu) nghĩa là nam giới. Trong các trường đại học hiện đại, nữ giới chiếm hơn 50% số sinh viên và hơn 2/3 ngành học.

Trong thế giới hiện đại, nam giới đang phải chịu đựng. Họ bất tuân hơn - theo nghĩa tiêu cực, hoặc độc lập hơn - theo nghĩa tích cực - so với nữ giới. Và họ phải chịu đựng điều này trong suốt sự nghiệp học tập trước khi vào đại học của mình. Họ khó đồng thuận hơn (sự đồng thuận là nét tính cách gắn với lòng trắc ẩn, đồng cảm và tránh né mâu thuẫn) cũng như ít mắc chứng lo âu và trầm cảm, ít nhất là sau khi cả hai giới đến tuổi dậy thì. Nam giới quan tâm đến sự vật, còn nữ giới thiên về con người. Bất ngờ là những khác biệt này chịu ảnh hưởng mạnh mẽ từ các yếu tố sinh học, thể hiện rõ nhất trong xã hội Bắc Âu nơi bình đẳng giới được thúc đẩy mạnh mẽ nhất: Điều này đối lập với kỳ vọng của những người luôn lớn tiếng khẳng định rằng giới tính chính là khái niệm định ra xã hội. Không hề. Cũng không cần tranh cãi vì đã có dữ liệu rồi.

Nam giới thích cạnh tranh và họ không thích phải vâng lời, đặc biệt ở tuổi niên thiếu. Trong thời gian đó, họ bị thôi thúc phải thoát khỏi gia đình và tạo dựng cho mình một cuộc sống độc lập. Hầu như chẳng có sự khác biệt nào giữa việc ấy với sự thách thức quyền uy. Các trường học được

thành lập vào cuối thập niên 1800, vốn đề cao sự phục tùng, sẽ không nương tay với hành vi khiêu khích và liều lĩnh, bất chấp điều đó thể hiện sự cứng cỏi và tài năng ở một cậu bé (hay cô bé). Các yếu tố khác đóng vai trò lý giải cho sự xuống dốc của những bé trai. Ví dụ, các bé gái sẽ chơi trò của con trai, nhưng các cậu trai lại khá miễn cưỡng khi chơi trò con gái. Điều này một phần vì việc một cô bé giành chiến thắng khi đấu với một cậu bé là điều đáng ngưỡng mộ. Và dù cô bé có thua cũng chẳng sao. Nhưng một cậu bé đấu với một cô bé thì không ổn chút nào - và thậm chí còn tệ hơn nữa khi bị một cô bé đánh bại. Hãy hình dung một cậu bé và một cô bé cùng chín tuổi tham gia một cuộc thi đấu. Chỉ cần tham gia thôi thì cậu bé đã bị hoài nghi rồi. Nếu cậu bé thắng thì thật đáng khinh. Nếu cậu bé thua thì đời cậu cũng xem như xong. Thua một đứa con gái, thật thế ư?

Các cô gái có thể giành chiến thắng bằng cách chiến thắng trong thứ bậc của chính họ - tức giỏi giang ở những việc mà con gái xem trọng, ở việc "là con gái". Họ có thể góp phần cho thắng lợi này bằng cách chiến thắng trong thứ bậc của cánh đàn ông. Tuy nhiên, con trai chỉ có thể thắng khi giành chiến thắng trong thứ bậc của mình. Họ sẽ đánh mất địa vị trong mắt cả nữ *lẫn* nam khi giỏi giang những việc mà con gái xem trọng. Nó sẽ tước đi danh tiếng của họ trong đám con trai và cũng mất đi sự hấp dẫn trong mắt con gái. Các cô gái không bị hấp dẫn bởi những chàng trai là bạn của họ, dù có thể quý mến họ, bất kể sự "quý mến" ấy mang ý nghĩa gì. Nữ giới luôn bị thu hút bởi những chàng trai giành chiến thắng trong cuộc chiến địa vị với những đứa trai khác. Nhưng nếu bạn là nam, bạn không thể thẳng tay hạ gục một đứa con gái như khi đánh bại một đứa con trai khác. Con trai không thể (và sẽ không) thực sự chơi trò cạnh tranh với

các cô gái. Họ không rõ mình có thể thắng bằng cách nào. Khi cuộc chơi biến thành trò chơi của con gái, các chàng trai thường sẽ bỏ đi. Liệu các trường đại học - đặc biệt là trường nhân văn - có trở thành cuộc chơi của con gái không? Chúng ta có muốn thế không?

Tình hình tại các trường đại học (và các cơ sở giáo dục nói chung) rắc rối hơn nhiều so với số liệu thống kê cơ bản chỉ ra. Nếu loại bớt các chương trình gọi là STEM (science - khoa học, technology - công nghệ, engineering - kỹ thuật và mathematics - toán học; và cả tâm lý học) thì tỷ lệ nam/nữ thậm chí còn chênh lệch hơn. Gần 80% sinh viên chuyên ngành y tế, quản trị công, tâm lý học và giáo dục, tức chiếm 1/4 tổng số ngành nghề, đều là nữ. Sự cách biệt này vẫn đang gia tăng nhanh chóng. Với tốc độ trên, trong vòng 15 năm tới đây, sẽ có rất ít nam sinh ở hầu hết các ngành đại học. Đây không phải là tin vui cho nam giới, thậm chí còn là thảm họa. Nhưng cũng không phải tin vui cho nữ giới.

SỰ NGHIỆP VÀ HÔN NHÂN

Phụ nữ tại các trường viện ở bậc học cao hơn, với nữ giới thống trị, đang ngày càng gặp nhiều khó khăn trong việc sắp xếp mối quan hệ hẹn hò của họ, dù chỉ trong khoảng thời gian vừa phải. Hậu quả là họ phải tìm cách hài lòng với "tình một đêm" (nếu có ham muốn), thậm chí là "tình một đêm" liên tiếp. Có thể đây là một bước tiến về tự do giới tính, nhưng tôi khá hoài nghi. Tôi nghĩ điều này thật tồi tệ với nữ giới. Một mối quan hệ yêu đương ổn định là điều rất được trông đợi với cả nam lẫn nữ. Nhưng đối với phụ nữ, đó lại thường là điều họ khát khao nhất. Theo Trung tâm Nghiên cứu Pew, từ năm 1997 đến 2012, số lượng phụ nữ trong độ tuổi từ 18 đến 34 cho rằng "một cuộc hôn nhân thành công là một trong

những điều quan trọng nhất trong đời" đã tăng từ 28% lên 37% (tăng hơn 30%[63]). Còn số nam thanh niên có nhận định tương tự đã giảm 15% trong cùng giai đoạn (từ 35% xuống 29%). Trong thời gian đó, tỷ lệ người trên 18 tuổi lập gia đình tiếp tục giảm đi, từ 3/4 vào năm 1960 xuống còn 1/2 ở hiện tại. Cuối cùng, trong số những người trưởng thành chưa kết hôn ở độ tuổi từ 30 đến 59, số nam giới nói rằng họ không bao giờ muốn kết hôn cao gấp ba lần nữ giới (27% so với 8%).

Dù sao đi nữa, ai có quyền quyết định rằng sự nghiệp quan trọng hơn tình yêu và gia đình? Liệu có đáng đánh đổi 80 tiếng làm việc mỗi tuần tại một công ty luật cao cấp cho kiểu thành công ấy không? Và nếu xứng đáng thì tại sao? Một số ít người (một lần nữa, chủ yếu là cánh đàn ông có mức độ đồng thuận thấp) cực kỳ ưa cạnh tranh và muốn chiến thắng bằng mọi giá. Chỉ một số ít người trong thâm tâm cảm thấy công việc thú vị. Nhưng hầu hết mọi người không cảm thấy thế và sẽ không như thế. Tiền bạc có vẻ cũng không cải thiện đời sống của con người hơn, một khi người ta đã có đủ tiền để tránh bị giục thanh toán hóa đơn. Hơn nữa, hầu hết phụ nữ có tài và thu nhập cao đều có bạn đời cũng có tài và thu nhập cao - và điều này có ý nghĩa hơn với họ. Dữ liệu của Pew cũng chỉ ra rằng một người phối ngẫu có công việc đáng mơ ước sẽ là đối tượng ưu tiên cao của của gần 80% phụ nữ chưa từng kết hôn nhưng đang tìm đối tượng (nhưng con số này ở nam giới chưa đến 50%).

Khi đến độ tuổi 30, hầu hết các nữ luật sư hàng đầu sẽ rút khỏi sự nghiệp đầy áp lực của họ. Chỉ 15% đồng sự sở hữu tại 200 công ty luật lớn nhất Hoa Kỳ là phụ nữ. Con số này không thay đổi nhiều trong 15 năm qua, dù có rất nhiều nữ trợ lý và nữ luật sư. Không phải vì các công ty luật không muốn giữ nhân viên nữ và để họ thành công. Mà vì ở đây có

sự thiếu hụt "mãn tính" về nguồn nhân lực xuất sắc, ở bất kể giới tính nào, và các công ty luật đang giữ họ lại trong tuyệt vọng.

Những phụ nữ sau khi nghỉ việc muốn có một công việc - và một cuộc sống - cho phép họ có thêm thời gian. Sau khi học xong trường luật và làm việc trong vài năm đầu, họ đã hình thành những sở thích khác. Đây là vấn đề phổ biến tại các công ty lớn (tuy không phải điều mà họ thoải mái thể hiện ra ngoài, dù là nam hay nữ). Mới đây, tôi đã xem bài giảng của một nữ giáo sư tại Đại học McGill, trong một gian phòng đầy những đồng sự nữ hoặc sắp là đồng sự tại các hãng luật. Bà nói rằng vấn đề thiếu cơ sở vật chất giữ trẻ và "định nghĩa của nam giới về thành công" đã cản trở quá trình thăng tiến trong sự nghiệp của phụ nữ, khiến họ phải nghỉ việc. Tôi quen biết hầu hết các chị em trong phòng. Chúng tôi đã trò chuyện với nhau rất lâu. Tôi biết họ cũng không thấy rằng tất cả những chuyện này là vấn đề. Họ có người trông trẻ, đủ khả năng thuê người trông trẻ. Họ cũng đã thuê ngoài những nghĩa vụ và nhu cầu làm việc nhà. Họ cũng rất hiểu rằng thị trường quyết định thành công, chứ không phải do các đồng nghiệp nam. Nếu bạn kiếm được 650 đô-la/giờ tại Toronto với với tư cách một luật sư hàng đầu và khách hàng của bạn tại Nhật gọi cho bạn vào lúc 4 giờ sáng Chủ Nhật, thì bạn sẽ phải trả lời điện thoại ngay lập tức, ngay cả khi vừa mới thiếp đi sau khi cho con bú. Bạn phải trả lời vì có rất nhiều luật sư đầy tham vọng tại New York sẵn lòng trả lời thay bạn nếu bạn không làm - và đó là lý do thị trường quyết định công việc.

Sự thiếu hụt nguồn cung nam giới có trình độ đại học dẫn đến số phụ nữ muốn kết hôn và hẹn hò gia tăng khốc liệt. Thứ nhất, phụ nữ có khuynh hướng kết hôn với đối phương ngang tầm hoặc "trên cơ" họ về kinh tế. Họ chuộng bạn đời có vị thế ngang tầm hoặc cao hơn họ. Điều

này cũng đúng tại nhiều nền văn hóa. Nhưng nó lại không đúng với nam giới, những người hoàn toàn sẵn lòng kết hôn với đối tượng có địa vị ngang bằng hoặc thấp hơn họ (theo số liệu Pew chỉ ra), dù họ cũng phần nào chuộng đối tượng trẻ tuổi hơn. Khuynh hướng ngày càng thiếu hụt tầng lớp trung lưu đang gia tăng khi các phụ nữ có cuộc sống khá giả kết hôn ngày càng nhiều với đàn ông cũng khá giả. Vì lẽ đó và vì sự giảm sút công việc sản xuất lương cao ở nam giới (tại Mỹ, cứ sáu đàn ông trong độ tuổi lao động thì lại có một người thất nghiệp), nên hôn nhân giờ đây dần dần chỉ dành cho người giàu. Tôi không khỏi cảm thấy buồn cười, theo một cách mỉa mai. Thể chế gia trưởng vốn đè nặng trong hôn nhân giờ lại trở thành thứ xa xỉ. Tại sao người giàu lại tự ngược đãi mình như thế?

Tại sao phụ nữ lại muốn có một người bạn đời có công việc và tốt hơn cả là có địa vị cao hơn mình? Nguyên nhân không nhỏ là do phụ nữ trở nên dễ bị tổn thương hơn khi họ có con. Họ cần một ai đó có khả năng chu cấp cho mình và con khi cần thiết. Đó là một hành động đền bù hoàn toàn hợp lý, tuy nó cũng có thể có cơ sở sinh học. Vì sao một người phụ nữ quyết định chịu trách nhiệm về một hoặc nhiều đứa con lại cần sự chăm sóc từ một người trưởng thành khác? Vì một gã đàn ông thất nghiệp là hạng người chẳng ai thèm muốn - còn làm mẹ đơn thân thì không phải là lựa chọn đáng ao ước. Con cái trong một gia đình thiếu vắng người cha có khả năng sống nghèo khổ cao gấp bốn lần. Điều ấy đồng nghĩa mẹ của chúng cũng nghèo. Trẻ em không cha cũng có nguy cơ lạm dụng ma túy và rượu bia cao hơn. Trẻ em sống chung với cha mẹ ruột có hôn nhân bền vững sẽ ít có nguy cơ lo lắng, trầm cảm và quậy phá hơn so với trẻ em chỉ sống với cha hoặc mẹ ruột, hoặc không ai cả. Trẻ em ở các gia đình có phụ huynh đơn thân cũng có khả năng tự sát cao gấp đôi.

Sự chuyển hướng mạnh mẽ về công tác chỉnh đốn chính trị tại các trường đại học lại càng làm trầm trọng thêm vấn đề. Những tiếng nói chống lại sự áp bức ngày càng lớn hơn, và tỷ lệ thuận với mức độ gia tăng bình đẳng của các trường - thậm chí nay còn ngày càng thiên về chống lại nam giới. Có cả những ngành đại học công khai sự thù địch đối với nam giới. Đó là những ngành học bị chi phối bởi những người theo chủ nghĩa hậu hiện đại/tân Marx, tuyên bố đích danh rằng nền văn hóa phương Tây là một cấu trúc đàn áp, do đàn ông da trắng tạo ra nhằm thống trị và bài trừ phụ nữ (cùng những nhóm người chọn lọc khác); và nó thành công chỉ nhờ thống trị và bài trừ.

CHẾ ĐỘ GIA TRƯỞNG: TRỢ GIÚP HAY TRỞ NGẠI?

Tất nhiên, văn hóa *là* một cơ cấu đàn áp. *Luôn luôn là thế*. Đó là một thực tế cơ bản và phổ quát còn tồn tại. Một bạo vương là chân lý biểu trưng; là hằng số nguyên mẫu. Những gì chúng ta thừa hưởng từ quá khứ đã lỗi thời và cố ý bị ngó lơ. Chúng là một bóng ma, một cỗ máy và một con quái vật. Nó phải được cứu rỗi, sửa chữa và canh chừng bằng sự chú tâm cùng với nỗ lực của những người đang sống. Nó nghiền nát và rèn chúng ta thành những hình dạng được xã hội chấp nhận, khiến ta lãng phí tiềm năng to lớn của bản thân. Nhưng nó cũng mang lại lợi ích lớn lao. Mỗi lời chúng ta nói là một món quà từ tổ tiên. Mỗi suy nghĩ trong đầu chúng ta đã được ai đó thông minh hơn nghĩ ra từ trước. Cơ sở hạ tầng chất lượng cao quanh chúng ta, đặc biệt là ở phương Tây, là món quà từ tổ tiên: Các hệ thống chính trị và kinh tế tương đối không quá bại hoại, công nghệ, của cải, tuổi thọ, sự xa xỉ và cơ hội. Một mặt, văn hóa lấy đi nhiều thứ, nhưng tại những nơi may mắn, nó còn mang đến nhiều hơn. Lối tư

duy cho rằng văn hóa chỉ mang tính đàn áp là thiển cận, vô ơn và nguy hiểm. Ý tôi không phải là không nên xem văn hóa là đối tượng chỉ trích (vì tôi hy vọng nội dung của cuốn sách này đã thể hiện rõ điều ấy cho đến lúc này).

Đồng thời, hãy xét đến sự áp bức: *Bất kỳ thứ bậc nào cũng tạo ra kẻ thắng và người thua*. Và tất nhiên, kẻ thắng rất có thể sẽ biện minh cho hệ thống cấp bậc, còn kẻ thua sẽ chỉ trích nó. Tuy nhiên, (1) việc cùng nhau theo đuổi bất kỳ mục tiêu đáng giá nào sẽ tạo nên một hệ thống cấp bậc (vì sẽ có người giỏi hơn hoặc kém hơn trong quá trình theo đuổi mục tiêu ấy, dù cho cái đích ấy có là gì và (2) chính sự theo đuổi mục tiêu sẽ mang lại ý nghĩa bền vững cho cuộc sống. Việc chúng ta trải nghiệm hầu như mọi cung bậc cảm xúc khiến cuộc sống trở nên sâu sắc và đáng sống hơn, cũng là kết quả của việc hướng đến những khát vọng và giá trị sâu sắc. Cái giá không thể tránh khỏi mà chúng ta phải trả cho sự tham gia ấy chính là sự khai sinh các cấp bậc về thành công. Do vậy, bình đẳng tuyệt đối đòi hỏi ta hy sinh chính giá trị ấy - và rồi sẽ không còn gì đáng để sống nữa. Thay vì thế, chúng ta có thể biết ơn mà ghi nhận rằng một nền văn hóa phức tạp, tinh tế sẽ tạo ra nhiều cuộc chơi và cho phép nhiều người thành công, rằng một nền văn hóa có cấu trúc hợp lý sẽ cho phép các cá nhân tạo thành nó tham gia và giành chiến thắng bằng nhiều cách thức khác nhau.

Cũng thật *ngoan cố* khi xem văn hóa là sản phẩm của đàn ông. Văn hóa là một nam nhân mang tính biểu trưng, nguyên mẫu và thần thoại. Đó một phần cũng là lý do mà "chế độ gia trưởng" lại dễ được tiếp thu đến thế. Nhưng chắc chắn văn hóa phải là sản phẩm của nhân loại, chứ không phải của riêng đàn ông (chứ đừng nói là riêng đàn ông da trắng, dù họ đã đóng góp khá nhiều). Văn hóa châu Âu chỉ thống trị, ở mức hầu như thống trị

tất cả, trong khoảng 400 năm. Tính trên quy mô thời gian tiến hóa của văn hóa - trải dài tối thiểu hàng nghìn năm - thì khoảng thời gian như thế không hề đáng kể. Hơn nữa, ngay cả khi phụ nữ chẳng đóng góp gì đáng kể cho mảng nghệ thuật, văn học và khoa học trước thập niên 1960 và cuộc cách mạng nữ quyền (tôi không tin điều này), thì vai trò của họ trong việc nuôi dạy con cái và làm việc trong các nông trại vẫn là phương tiện nuôi lớn những cậu bé và giải phóng cho cánh mày râu - chỉ một số ít đàn ông - để nhân loại có thể nhân rộng và phát triển.

Sau đây là một giả thuyết thay thế khác: Trong suốt tiến trình lịch sử, cả đàn ông lẫn phụ nữ đã phải đấu tranh cật lực để giải phóng bản thân khỏi bóng đen khủng khiếp bao trùm của sự thiếu thốn và nhu cầu thiết yếu. Phụ nữ thường gặp bất lợi trong cuộc đấu tranh ấy, vì họ có tất cả những điểm yếu ở nam giới, cộng thêm gánh nặng sinh sản và thua kém về sức mạnh thể chất. Thêm vào đó là điều kiện vệ sinh, nỗi thống khổ, bệnh tật, đói nghèo, sự tàn bạo và vô minh đặc trưng ở cuộc sống của hai giới (ngay cả khi người dân phương Tây phải sống dưới mức 1 đô-la/ngày, tính theo đơn vị tiền tệ ngày nay), phụ nữ trước thế kỷ XX trên thực tế còn phải chịu đựng sự bất tiện ghê gớm trong kỳ kinh nguyệt, khả năng mang thai không mong muốn rất cao, nguy cơ tử vong hoặc thương tổn nghiêm trọng trong quá trình sinh nở, cũng như gánh nặng khi có quá nhiều con nhỏ. Có lẽ đây là lý do đủ cho sự khác biệt hợp pháp và thực tiễn trong cách đối đãi với nam giới và nữ giới, đặc trưng ở hầu hết các xã hội trước những cuộc cách mạng công nghệ gần đây, bao gồm cả phát minh ra thuốc tránh thai. Chí ít thì những điều ấy nên được kể đến, trước khi việc đàn ông đàn áp phụ nữ được chấp nhận như chuyện hiển nhiên.

Đối với tôi, cái gọi là sự áp bức của chế độ gia trưởng là một nỗ lực

chung không hoàn chỉnh của nam giới lẫn nữ giới, kéo dài hàng thiên niên kỷ nhằm giải phóng nhau khỏi sự thiếu thốn, bệnh tật và nô dịch. Trường hợp gần đây của Arunachalam Muruganantham là một ví dụ hữu ích. Người đàn ông này - "ông vua băng vệ sinh" của Ấn Độ - không vui vì vợ ông đã phải sử dụng những miếng giẻ bẩn thỉu trong kỳ kinh nguyệt của bà. Bà nói rằng bà phải lựa chọn hoặc là những miếng băng vệ sinh đắt tiền, hoặc là sữa cho cả gia đình. Theo lời kể của hàng xóm, ông đã trải qua 14 năm tiếp theo điên cuồng cố gắng xử lý vấn đề. Thậm chí cả vợ và mẹ ông đã sớm từ mặt ông vì quá khiếp hãi nỗi ám ảnh của ông. Khi không còn tình nguyện viên nữ nào để thử sản phẩm, ông đã tự đeo một bọc máu lợn để thay thế. Tôi không thể hiểu hành vi này sẽ cải thiện danh tiếng hay địa vị của ông ra sao. Nhưng những miếng băng vệ sinh giá rẻ của ông được sản xuất ngay tại địa phương và phân phối trên khắp Ấn Độ, do các hội tự lực mà phụ nữ điều hành lập ra. Người dùng của ông đã được trải nghiệm sự tự do mà họ chưa từng trải qua. Năm 2014, người đàn ông từng nghỉ ngang trung học ấy đã được tạp chí *Time* vinh danh là một trong 100 người có ảnh hưởng nhất trên thế giới. Tôi không muốn xem lợi ích cá nhân là động lực chủ yếu của Muruganantham. Liệu ông có phải một phần của chế độ gia trưởng không?

Năm 1847, James Young Simpson đã sử dụng thuốc ê-te để gây tê cho một phụ nữ bị biến dạng xương chậu khi sinh con. Sau đó, ông chuyển sang dùng thuốc chloroform có hiệu quả tốt hơn. Đứa trẻ đầu tiên được sinh ra nhờ tác dụng của ê-tê được đặt tên là "Anaesthesia - Gây tê". Vào năm 1853, chloroform được ưa chuộng đến mức Nữ hoàng Victoria đã sử dụng nó trong khi hạ sinh người con thứ bảy. Đáng chú ý là ngay sau đó, lựa chọn sinh con không đau xuất hiện khắp nơi. Một số người cảnh báo

về nguy cơ làm trái đi lời tuyên bố của Thượng Đế dành cho phụ nữ trong Sáng thế ký 3:16: "Ta sẽ thêm điều cực khổ bội phần trong cơn thai nghén; ngươi sẽ chịu đau đớn mỗi khi sanh con." Một số người còn phản đối việc sử dụng nó ở nam giới: Đàn ông trẻ, khỏe mạnh, can đảm đơn giản là không cần gây tê. Nhưng lời phản đối không có tác dụng. Việc sử dụng thuốc gây tê đã lan rộng với tốc độ cực nhanh (và nhanh hơn nhiều so với ngày nay). Ngay cả các giáo sĩ nổi danh cũng ủng hộ công dụng của nó.

Chiếc tampon (băng vệ sinh dạng ống) thực tiễn đầu tiên - Tampax - phải đến thập niên 1930 mới xuất hiện. Nó được Tiến sĩ Earle Cleveland Haas phát minh ra. Ông đã tạo ra nó bằng bông nén và thiết kế dụng cụ đẩy băng từ các ống giấy. Điều này làm dịu đi làn sóng phản đối việc sử dụng sản phẩm đến từ những người không chịu tự chạm vào cơ thể. Vào đầu thập niên 1940, 25% phụ nữ đã sử dụng chúng. Và 30 năm sau, con số này tăng lên thành 70%. Hiện nay, cứ năm người thì lại có bốn người sử dụng tampon; số còn lại vẫn dùng dạng miếng - được cải tiến đến mức siêu thấm và được giữ chặt bằng chất dính (trái với các loại băng vệ sinh khó đặt, to kềnh, phải dùng đai và trông như tã bỉm thời thập niên 1970). Vậy Muruganantham, Simpson và Haas đã đàn áp hay giải phóng phụ nữ? Thế còn Gregory Goodwin Pincus - người phát minh ra thuốc tránh thai thì sao? Làm thế nào những người đàn ông thực tế, khai sáng và kiên định này lại là một phần của chế độ gia trưởng gò bó?

Vì sao chúng ta dạy giới trẻ rằng nền văn hóa phi thường của ta là kết quả từ sự đàn áp của nam giới? Chính vì mờ mắt bởi giả định cốt lõi ấy, mà các lĩnh vực phân nhánh như giáo dục, công tác xã hội, lịch sử nghệ thuật, nghiên cứu giới tính, văn học, xã hội học và (dần dần) luật pháp đang chủ động đối xử với đàn ông như những kẻ áp bức và hành động của

nam giới vốn dĩ là phá hoại. Chúng cũng trực tiếp cổ vũ động thái chính trị cấp tiến - xét trên mọi quy chuẩn xã hội mà họ đang sống trong đó - mà họ xem không khác gì giáo dục. Ví dụ, Viện nghiên cứu Phụ nữ và Giới tính Pauline Jewett tại Đại học Carleton, Ottawa đã khuyến khích chủ nghĩa tích cực như một phần nhiệm vụ của họ. Khoa Nghiên cứu Giới tính tại Đại học Queen, Kingston, Ontario đã "dạy những học thuyết và phương pháp nữ quyền, chống phân biệt chủng tộc và quái lạ như trọng tâm của chủ nghĩa tích cực nhằm thay đổi xã hội" - thể hiện sự ủng hộ dành cho giả định rằng giáo dục đại học trên hết nên cổ vũ việc tham gia chính trị dưới một hình thức cụ thể.

CHỦ NGHĨA HẬU HIỆN ĐẠI VÀ SỰ VƯƠN DÀI CỦA CHỦ NGHĨA MARX

Các ngành học trên luận ra triết lý của riêng chúng từ nhiều nguồn khác nhau. Nhưng tất cả đều chịu ảnh hưởng mạnh mẽ từ chủ nghĩa nhân văn Marx. Một nhân vật như thế là Max Horkheimer, người đã phát triển lý thuyết phản biện vào thập niên 1930. Dù mọi văn bản tóm tắt các quan điểm của ông đều bị xem là giản lược quá mức, nhưng Horkheimer vẫn tự nhận mình là một người theo chủ nghĩa Marx. Ông tin rằng những nguyên lý về tự do cá nhân hoặc thị trường tự do phương Tây chỉ đơn thuần đóng vai trò che đậy tình trạng thực tế tại phương Tây: bất bình đẳng, thống trị và bóc lột. Ông tin rằng hoạt động trí thức nên cống hiến để thay đổi xã hội, thay vì chỉ dừng lại ở mức diễn giải, cũng như hy vọng giải phóng loài người khỏi ách nô dịch của nó. Horkheimer và các nhà tư tưởng liên quan tại trường Frankfurt - bắt đầu tại Đức và sau là tại Mĩ - nhắm đến việc phê bình và biến đổi toàn diện nền văn minh phương Tây.

Quan trọng hơn trong những năm gần đây chính là công trình của triết

gia người Pháp Jacques Derrida, lãnh tụ của của những người theo thuyết hậu hiện đại, nổi danh từ cuối thập niên 1970. Derrida mô tả những ý tưởng của riêng ông dưới hình thức "chủ nghĩa Marx cực đoan". Theo ông, Marx đã cố gắng giảm vai trò của lịch sử và xã hội đến kinh tế, khi xem văn hóa là sự áp bức của người giàu lên người nghèo. Khi chủ nghĩa Marx đi vào thực tiễn tại một số nước, các nguồn lực kinh tế được tái phân phối một cách chặt chẽ. Tài sản tư bị xóa bỏ và người dân khu vực nông thôn phải vào hợp tác xã. Sau đó là gì? Người dân thiếu lương thực. Hệ thống kinh tế không bền vững. Thế giới đã bước vào cuộc Chiến tranh Lạnh kéo dài cực kỳ nguy hiểm.

Những quan điểm của chủ nghĩa Marx đã bị những trí thức tin vào xã hội không tưởng bóp méo. Một trong những kiến trúc sư chính của những nỗi kinh hoàng do chế độ Khmer Đỏ gây ra, Khieu Samphan, đã nhận học vị tiến sĩ tại Sorbonne trước khi trở thành lãnh đạo danh nghĩa của Campuchia vào giữa thập niên 1970. Trong luận văn tiến sĩ của mình, được viết vào năm 1959, ông đã lập luận rằng thành quả lao động đến từ những người không phải giai cấp nông dân tại các thành phố của Campuchia (nhân viên ngân hàng, quan chức nhà nước và doanh nhân) là vô giá trị và không mang lại ích lợi gì cho xã hội. Thay vì thế, những kẻ này sống ký sinh trên các giá trị thiết thực thông qua nông nghiệp, công nghiệp nhỏ và thủ công nghiệp. Những quan điểm của Samphan được giới trí thức Pháp tỏ ra ủng hộ và trao bằng Tiến sĩ cho ông. Trở vềCampuchia, ông đã có cơ hội đưa lý thuyết của mình vào thực tế. Khmer Đỏ đã cưỡng ép toàn bộ dân cư đang sống tại các thành phố tại Campuchia về vùng nông thôn, đóng cửa các ngân hàng, cấm sử dụng tiền tệ và hủy diệt tất cả các thị trường. Hơn 1/4 dân số Campuchia phải lao động khổ sai ở vùng

nông thôn, trên những cánh đồng chết.

PHÒNG KHI TA QUÊN: Ý TƯỞNG ĐI KÈM HẬU QUẢ

Khi Liên bang Xô-viết thành lập sau Thế chiến I, con người có thể được dung thứ khi hy vọng rằng những giấc mơ về xã hội tập thể không tưởng mà các tân lãnh đạo của họ mang đến sẽ trở thành hiện thực. Trật tự xã hội thối nát cuối thế kỷ XIX đã sinh ra những chiến hào và các cuộc tàn sát hàng loạt trong cuộc Đại Chiến. Khoảng cách giữa giàu và nghèo cực lớn, và hầu hết mọi người bị nô dịch trong những điều kiện còn tệ những gì Orwell mô tả sau này. Nước Nga thời ấy lâm vào thời kỳ hỗn loạn hậu phong kiến, những tin tức lan rộng về sự phát triển công nghiệp và tái phân phối tài sản cho những người mà mới đây còn là nông nô đã mang đến lý do để hy vọng. Nhằm khiến mọi thứ phức tạp hơn, Liên Xô (và Mexico) đã ủng hộ chế độ Cộng hòa dân chủ khi Nội chiến Tây Ban Nha nổ ra vào năm 1936. Họ đã chống lại phe Dân tộc chủ nghĩa mang nền móng phát-xít, những kẻ đã lật đổ chế độ dân chủ yếu ớt được thiết lập chỉ mới năm năm trước và tìm được sự ủng hộ từ phe Quốc xã cũng như phát-xít Ý.

Giới trí thức tại Hoa Kỳ, Anh Quốc và những nơi khác vô cùng nản chí bởi chính sự trung lập từ quê hương của họ. Hàng nghìn người ngoại quốc sẵn sàng đến Tây Ban Nha để đấu tranh cho phe Cộng hòa, hoạt động dưới danh Lữ đoàn Quốc tế. George Orwell là một trong số họ. Ernest Hemingway cũng đã từng phục vụ tại đây với tư cách phóng viên ủng hộ chế độ Cộng hòa. Chính trị cũng khơi dậy mối quan tâm của thế hệ trẻ người Mỹ, Canada và Anh, khiến họ cảm thấy có nghĩa vụ phải thôi ba hoa và bắt đầu đấu tranh.

Tất cả những điều này hướng sự chú ý ra khỏi các sự kiện diễn ra song

song tại Liên Xô. Vào thập niên 1930, trong thời kỳ Đại Suy thoái, chính quyền Stalin đã gửi hai triệu phú nông - những nông dân giàu có nhất của họ - đến Siberia (những người sở hữu nhiều hơn nông dân bình thường vài con bò, vài người làm thuê hoặc vài mẫu ruộng). Từ quan điểm của họ, những phú nông này đã gom góp của cải bằng cách tước đoạt của những người xung quanh và đáng phải nhận lấy hậu quả. Giàu có biểu thị sự áp bức và tài sản cá nhân là đồ "tước đoạt". Và đây chính là thời khắc cho một chút công bằng. Nhiều phú nông đã bị xử lý. Một số người phải nhận quả báo từ chính láng giềng ghen ghét, oán hận họ nhất và không hề thiết tha lao động, những kẻ đã dùng lý tưởng cao đẹp của chủ nghĩa tập thể cộng sản hòng che đậy ý muốn độc hại của mình.

Nhìn chung, những phú nông "ký sinh" chính là những nông dân thạo nghề và chăm chỉ nhất. Một phần thiểu số phải chịu trách nhiệm cho đa số sản lượng ở bất kỳ lĩnh vực nào và nghề làm nông cũng không ngoại lệ. Sản lượng nông nghiệp sau đấy bị tụt dốc. Phần ít ỏi còn lại bị lấy từ vùng nông thôn để vận chuyển đến các thành phố. Người dân nông thôn phải đến các cánh đồng sau khi thu hoạch để nhặt nhạnh lúa mì còn sót lại về cho gia đình đang mòn mỏi chờ đợi.

Mặc dù ngày càng có nhiều tin đồn về những hành động ấy, nhưng các nhà trí thức phương Tây trước sau vẫn luôn duy trì thái độ tích cực đối với thể chế cộng sản. Họ còn có những việc khác để lo. Thế chiến II đã chứng kiến Liên Xô liên minh với các quốc gia phương Tây chống lại Hitler, Mussolini và Nhật hoàng Hirohito. Nhưng dù thế nào đi nữa, vẫn có những đôi mắt luôn mở to quan sát kỹ. Malcolm Muggeridge đã đăng một loạt bài báo trên tờ *Manchester Guardian* vào đầu năm 1993, miêu tả tình trạng nông dân tại Xô-viết. George Orwell hiểu chuyện gì đang diễn ra dưới

chính quyền Stalin và ông đã lan truyền nó rộng rãi. Ông đã xuất bản một cuốn sách ngụ ngôn trào phúng về Liên Xô, bất chấp đối mặt với sự chống đối gay gắt khi cuốn sách ra mắt vào năm 1945. Nhiều người đáng lẽ phải hiểu chuyện hơn thì lại vẫn còn lạc quan. Không đâu mà chuyện này diễn ra "rõ như ban ngày" như ở Pháp, trong số tầng lớp trí thức.

Triết gia nổi tiếng nhất của Pháp vào giữa thế kỷ trước, Jean-Paul Sartre, là một nhà cộng sản có tiếng tăm dù không phải là đảng viên, cho đến khi ông viết về sự cố ở Hungary năm 1956, khi quân đội Xô- viết tiến vào.

Điều này không có nghĩa rằng sự hấp dẫn của tư tưởng Marx đã biến mất trong mắt giới trí thức - đặc biệt là các trí thức Pháp. Chúng chỉ biến đổi mà thôi. Sarte tố cáo Solzhenitsyn là một "phần tử nguy hiểm". Derrida, tế nhị hơn, đã thay thế quan điểm về quyền lực bằng quan điểm về tiền bạc và tiếp tục đi trên con đường hoan hỉ của riêng ông. Ngôn từ đã giúp các nhà theo chủ nghĩa Marx ấy vẫn sống trên đỉnh cao trí thức phương Tây, và cũng là công cụ nhằm neo giữ thế giới quan của họ. Xã hội đã không còn đơn thuần là người giàu áp bức người nghèo nữa. Mà tất cả mọi người đều bị quyền lực đàn áp.

Theo Derrida, các cấu trúc cấp bậc xuất hiện chỉ để bao gồm (những bên hưởng lợi từ cấu trúc) và loại trừ (tất cả những người còn lại, do đó mà phải chịu áp bức). Nhưng thậm chí lời tuyên bố cũng không đủ triệt để. Derrida cho rằng sự chia rẽ và đàn áp được dựng nên ngay trong ngôn ngữ - ăn sâu trong các phạm trù ta dùng để đơn giản hóa và mặc cả với thế giới một cách thực dụng. "Phụ nữ" tồn tại chỉ vì đàn ông hưởng lợi khi loại trừ họ. "Đàn ông và phụ nữ" tồn tại chỉ vì những người thuộc nhóm dị tính hưởng lợi từ việc loại trừ nhóm thiểu số rất nhỏ có giới tính sinh học

không xác định. Khoa học chỉ làm lợi cho các nhà khoa học. Chính trị chỉ làm lợi cho các chính trị gia. Theo quan điểm của Derrida, các hệ thống cấp bậc tồn tại vì họ sẽ hưởng lợi từ việc đàn áp những người bị loại bỏ. Chính cái lợi phi nghĩa này đã cho phép họ lớn mạnh.

Derrida nổi tiếng với câu nói (mặc dù sau đó ông phủ nhận): "Il n'y a pas de hors-texte" - thường được dịch là "there is nothing outside the text - tất cả đã có trong văn bản". Những người ủng hộ ông cho rằng đấy là một bản dịch sai và bản tiếng Anh đáng ra nên là "there is no outside-text - không có văn bản nào bên ngoài". Nhưng vẫn khó để đọc hiểu câu nói trên, ngoài "everything is interpretation - tất cả đều do cách diễn giải", và đây cũng là cách diễn giải phổ biến cho công trình của Derrida.

Hầu như ta chẳng thể nói quá hơn về tính hư vô và hủy diệt của triết lý này. Nó khiến cho hành động phân loại chính nó chìm trong hồ nghi. Chúng cũng phủ định quan điểm rằng ta luôn có thể rút ra những điểm khác biệt giữa các sự vật, không chỉ vì lý do quyền lực đơn thuần. Vậy những sự khác biệt về mặt sinh học giữa nam và nữ thì sao? Bất chấp sự tồn tại tràn ngập của các tài liệu khoa học đa ngành chỉ ra rằng sự khác biệt giới tính bị ảnh hưởng sâu sắc bởi các yếu tố sinh học, Derrida và những môn đồ của chủ nghĩa Marx hậu hiện đại vẫn cho rằng khoa học chỉ là một trò chơi quyền lực, đưa ra những tuyên bố hòng làm lợi cho những người đứng đầu giới khoa học. Chẳng có sự thật nào cả. Vậy vị trí thứ bậc và danh tiếng có phải là hệ quả của kỹ năng và năng lực? Mọi định nghĩa về kỹ năng và năng lực chỉ đơn thuần được tạo ra bởi những ai hưởng lợi từ chúng nhằm loại bỏ những người khác, cũng như hưởng lợi một cách cá nhân và ích kỷ.

Ta có đủ bằng chứng để tin vào những tuyên bố của Derrida, một phần

do chính bản chất xảo quyệt của mấy lời này. Quyền lực là một lực thúc đẩy căn bản. Mọi người tranh giành nhau để leo lên đầu và họ chỉ quan tâm đến mình đang ở đâu trong các hệ thống phân cấp thống trị. Nhưng (và đây cũng là sự khác biệt giữa một cậu nhóc và một người đàn ông, theo nghĩa triết học) *dù trên thực tế thì quyền lực đóng vai trò là động lực của con người, nhưng không có nghĩa nó là động lực duy nhất hoặc thậm chí chính yếu*. Tương tự, việc chúng ta không bao giờ biết hết mọi thứ khiến cho những quan sát và phát biểu của mình phụ thuộc vào việc tính đến một số thứ và bỏ qua những thứ còn lại (như đã bàn sâu trong Quy luật 10). Tuy nhiên, điều này cũng không bênh vực rằng mọi thứ đều là sự diễn giải, hoặc việc phân loại chỉ là hình thức loại trừ. Hãy cảnh giác những lời diễn giải từ một nguyên nhân duy nhất - và cảnh giác với những ai đưa ra chúng.

Tuy sự thật không thể tự lên tiếng (cũng như vùng đất rộng lớn trải dài trước mắt nhà thám hiểm không thể chỉ cho anh ta cách chu du qua nó) và tuy có vô số cách tương tác - thậm chí nhận thức - dù chỉ một số ít sự vật, nhưng không có nghĩa rằng mọi sự diễn giải đều xác thực như nhau. Một số sự thật sẽ làm tổn thương bạn và người khác. Một số đặt bạn vào lộ trình va chạm với xã hội. Số khác lại không bền vững với thời gian. Số khác nữa lại không đưa bạn đến nơi mình muốn. Rất nhiều trong số các hạn chế này được hình thành trong chúng ta, xuất phát từ các quá trình tiến hóa qua hàng tỉ năm. Những hạn chế khác xuất hiện khi ta hòa nhập với xã hội, nhằm hợp tác cũng như cạnh tranh một cách ôn hòa và hiệu quả với người khác, vẫn còn những cách diễn giải khác xuất hiện khi ta loại bỏ những chiến lược phản tác dụng thông qua học tập nghiên cứu. Chắc chắn là có vô số cách diễn giải: Nó cũng đồng nghĩa là có vô số vấn đề. *Nhưng*

số lượng các giải pháp khả thi lại bị giới hạn nghiêm trọng. Nếu không thế thì cuộc sống đã rất dễ dàng. Và nó lại không như thế.

Hiện tôi đang có vài quan niệm có thể được xem là thuộc về "cánh tả". Giả sử, tôi nghĩ khuynh hướng là hàng hóa có giá trị được phấn phối một cách bất bình đẳng rõ rệt sẽ tạo nên nguy cơ luôn hiện hữu cho sự bền vững của xã hội. Tôi nghĩ mình có đủ chứng cứ thuyết phục cho điều ấy. Nhưng không có nghĩa rằng giải pháp cho vấn đề ấy là rõ ràng. Chúng ta không biết cách tái phân phối của cải sao cho không làm phát sinh hàng mớ vấn đề khác. Các xã hội phương Tây khác nhau đã thử nhiều cách tiếp cận khác nhau. Ví dụ, người Thụy Điển thúc đẩy bình đẳng đến hết mức. Người Mỹ lại chọn chiến lược trái ngược, cho rằng việc tạo ra của cải thuần "miễn phí cho mọi người", theo kiểu tư bản chủ nghĩa, sẽ tạo thành cơn thủy triều nâng hết mọi con thuyền. Kết quả của những thí nghiệm trên không phải lúc nào cũng toàn diện và mỗi quốc gia luôn khác nhau trên nhiều phương diện. Những khác biệt về lịch sử, vùng địa lý, quy mô dân số và đa dạng sắc tộc khiến việc so sánh trực tiếp vô cùng khó khăn. Nhưng chắc chắn rằng sự tái phân phối cưỡng bách trên danh nghĩa bình đẳng lý tưởng chỉ là thuốc chữa cho căn bệnh sĩ diện.

Tôi cũng nghĩ rằng (và điều này cũng được liệt vào cánh tả) việc từng bước tái lập các phương thức quản trị trong trường đại học, sao cho giống với những tập đoàn tư nhân, là một sai lầm. Tôi cho rằng khoa học quản trị là một bộ môn giả tạo. Đôi khi, tôi tin chính phủ có thể là một lực lượng tốt, cũng như một trọng tài cần thiết cho một nhóm nhỏ những luật lệ cần thiết. Tuy vậy, tôi không hiểu tại sao xã hội chúng ta lại đang công khai trợ cấp cho các trường viện và nhà giáo dục, với mục đích nhất định, có chủ ý và rõ ràng là phá hủy chính nền văn hóa đã hỗ trợ cho họ. Những người đó

hoàn toàn có quyền nói lên quan điểm và hành động nếu chúng hợp pháp. Nhưng họ lại chẳng có tuyên bố hợp lý nào cho việc huy động vốn công khai. Nếu những nhà cánh hữu cấp tiến nhận trợ cấp của nhà nước cho các hoạt động chính trị núp bóng các khóa đại học - mà rõ ràng phe cánh tả cấp tiến đang làm thế - thì tiếng ồn ào từ những kẻ tiến bộ trên khắp Bắc Mỹ có thể khiến ta điếc cả tai.

Ngoài sự giả dối trong lý thuyết và phương pháp, còn những vấn đề nghiêm trọng khác ẩn nấp trong các nguyên tắc cấp tiến, cùng với quan điểm khẳng định rằng chủ nghĩa chính trị tập thể là nghĩa vụ đạo đức bắt buộc. Không có lấy một chứng cứ thuyết phục nào cho bất kỳ tuyên bố cốt lõi nào của họ: Rằng xã hội phương Tây gia trưởng đến bệnh hoạn; rằng bài học sơ khai dạy rằng đàn ông, chứ không phải tự nhiên, mới là căn nguyên áp bức phụ nữ chính yếu (đa phần là thế, thay vì là bạn đời và người ủng hộ phụ nữ); và rằng mọi hệ thống phân cấp đều dựa trên quyền lực và sự loại trừ. Hệ thống phân cấp tồn tại vì nhiều lý do - một số được xem là hợp lý, số khác thì lại không - và cực kỳ cổ xưa xét theo tiến hóa. Những loài giáp xác đực có áp bức những con cái không? Rồi liệu ta có nên đảo lộn những hệ thống phân cấp đó không?

Trong những xã hội đang vận hành tốt - nếu không so sánh với xã hội không tưởng giả định mà đối chiếu với những nền văn hóa từng tồn tại trong lịch sử - thì *năng lực* mới là tác nhân chính quyết định vị thế, chứ không phải quyền lực. Là năng lực. Tài năng. Kỹ năng. Chứ không phải quyền lực. Điều này rõ ràng vừa mang tính giai thoại, vừa thực tế. Không "bệnh nhân ung thư não" nào có thể suy nghĩ bình đẳng đến mức từ chối "dịch vụ phẫu thuật" bằng sự giáo dục tốt nhất, danh tiếng tốt đẹp nhất và có thể cả thu nhập hấp dẫn nhất nữa. Hơn nữa, theo xã hội phương Tây,

phẩm chất cá nhân xác thực nhất quyết định thành công lâu dài của con người chính là trí tuệ (được đo bằng khả năng nhận thức hoặc chỉ số IQ) và sự tận tâm (phẩm chất đặc trưng của đức tính siêng năng và quy củ). Nhưng cũng có những ngoại lệ. Các nhà kinh doanh và nghệ sĩ thường cởi mở hơn để trải nghiệm, một đặc điểm tính cách cốt yếu khác ngoài sự tận tâm. Nhưng sự cởi mở cũng gắn với trí tuệ và khả năng sáng tạo trong ngôn lời, nên những ngoại lệ này vẫn hợp tình hợp lý và có thể hiểu được. Năng lực đoán biết trước của những đặc tính này, về mặt toán học hay kinh tế học, là cực kỳ cao - thuộc loại sức mạnh cao nhất trong bất cứ mục tiêu khó khăn nào đo đếm được của khoa học xã hội. Một kết quả kiểm tra tính cách/nhận thức tốt có thể tăng xác suất được thuê tuyển của một người - vốn có năng lực trên trung bình - từ 50:50 lên 85:15. Đây đều là thực tế được minh chứng như bất kỳ sự thật khác trong khoa học xã hội (và khoa học xã hội là những ngành học hiệu quả hơn bạn tưởng, và hơn cả những gì mà đám người chỉ trích yếm thế thừa nhận). Do đó, nhà nước không chỉ đang ủng hộ cho thuyết cấp tiến một chiều này, mà còn đang hỗ trợ truyền bá nó. Chúng ta không dạy con cháu mình rằng thế giới phẳng. Chúng ta cũng không nên dạy chúng những học thuyết dựa trên tư tưởng không được ủng hộ về bản chất của nam và nữ - hoặc của hệ thống phân cấp.

Quả là bất hợp lý khi cho rằng (nếu những người theo thuyết phân chiết cho là thế) khoa học có thể bị thiên lệch bởi những lợi ích quyền lực và cảnh báo chống lại điều đó - hoặc chỉ ra cho ta thấy những bằng chứng rằng những nhóm người có quyền lực, bao gồm cả các nhà khoa học, thường quyết định nó. Xét cho cùng, các nhà khoa học cũng là người, mà con người cũng ham thích quyền lực giống như tôm hùm vậy - giống như

các nhà phân chiết thích được biết tiếng về những ý tưởng của họ và nhảy thẳng lên bậc cao nhất trên các hệ thống cấp bậc hàn lâm. Nhưng điều đó không có nghĩa rằng khoa học - hay thậm chí chủ nghĩa phân chiết - chỉ nhắm vào quyền lực. Tại sao ta lại tin vào điều đó? Tại sao ta cứ cương quyết như thế? Có lẽ vì thế này: *Nếu quyền lực là thứ duy nhất tồn tại thì việc sử dụng quyền lực là hoàn toàn chính đáng*. *Ở* đây chẳng cần đòi hỏi bất kỳ chứng cứ, phương pháp, logic hoặc thậm chí nhu cầu mạch lạc tối thiểu nào. Sẽ không có giới hạn "ngoài văn bản" nào cả. Điều đó cho thấy quan điểm - cũng như vũ lực và việc vận dụng vũ lực ấy trở nên hấp dẫn hơn bao giờ hết, dưới những điều kiện hoàn cảnh như thế, cũng giống như việc vận dụng nó nhằm phục vụ cho quan điểm kia là điều quá hiển nhiên. Ví dụ, sự cố chấp điên rồ và khó hiểu kiểu hậu hiện đại cho rằng khác biệt giới tính xuất phát từ cấu trúc xã hội; điều này cũng dễ hiểu khi ta nắm rõ mệnh lệnh đạo đức phía sau - để việc sử dụng vũ lực được biện minh một lần và mãi mãi: *Xã hội buộc phải thay đổi hoặc loại bỏ mọi thành kiến, cho đến khi mọi kết quả đều công bằng*. Nhưng nguyên tắc căn bản của những nhà kiến tạo xã hội là mong muốn sự bình đẳng, chứ không phải niềm tin vào công lý của vũ lực. Vì mọi sự bất bình đẳng phát sinh đều phải bị loại bỏ (bất bình đẳng là cội nguồn của mọi điều xấu xa), nên những khác biệt giới tính phải được xem là do xã hội dựng nên. Nếu không thì động lực hướng đến bình đẳng sẽ bị xem là quá cực đoan và giáo điều sẽ bị xem là truyền bá trắng trợn. Do vậy, trật tự logic đã bị lật ngược để có thể ngụy trang cho hệ tư tưởng. Những tuyên bố trực tiếp hướng đến những bất nhất nội tại trong tư tưởng không bao giờ được giải quyết. Giới tính được tạo thành, nhưng một cá nhân khao khát phẫu thuật chuyển giới lại bị xem là đàn ông mắc kẹt trong cơ thể phụ nữ một cách đầy tranh cãi (hoặc ngược lại). *Chúng ta đơn giản phớt lờ sự thật rằng tất cả những việc này*

đều không đúng về mặt logic (hoặc hợp lý hóa bằng một tuyên bố hậu hiện đại kinh khủng khác: Bản thân logic - cùng với khoa học và kỹ thuật - chỉ là một phần của hệ thống gia trưởng áp bức).

Tất nhiên, đây cũng là một trường hợp mà mọi kết quả đều không thể cào bằng. Đầu tiên, kết quả phải được đo đếm. Việc so sánh mức lương của những người cùng vị trí tương đối dễ dàng (dù phức tạp đáng kể bởi nhiều yếu tố khác như ngày được nhận việc, sự khác nhau về đòi hỏi đối với nhân viên và những khoảng thời gian khác nhau). Nhưng vẫn có những chiều hướng so sánh khác được xem là công bằng như thời gian đảm nhiệm chức vụ, tốc độ thăng tiến và tầm ảnh hưởng xã hội. Việc đưa ra lập luận "lương bình đẳng cho công việc như nhau" sẽ lập tức phức tạp hóa việc so sánh mức lương trong thực tế vì một lý do đơn giản: Ai sẽ quyết định công việc nào là bình đẳng? Chẳng ai cả. Đó là lý do thị trường tồn tại. Tệ hơn nữa là vấn đề so sánh nhóm: Phụ nữ nên kiếm được nhiều tiền như đàn ông. Được thôi! Phụ nữ da đen nên kiếm được nhiều tiền như phụ nữ da trắng. Được luôn! Vậy ta có nên điều chỉnh mức lương dựa trên mọi tham chiếu về chủng tộc không? Theo mức độ thế nào? Và loại chủng tộc nào là "có thực"?

Lấy một ví dụ quan liêu như sau: Viện Sức khỏe Quốc gia Hoa Kỳ công nhận các chủng Mỹ Anh-điêng, Alaska Bản địa, người châu Á, người da đen, người gốc Latin, Hawai Bản địa hoặc Dân đảo Thái Bình Dương khác và người da trắng. Nhưng có đến hơn 500 bộ lạc Mỹ Anh-điêng riêng biệt. Vậy dựa trên logic khả dĩ nào mà người "Mỹ Anh-điêng" nhân danh một nhóm đúng quy tắc? Các thành viên bộ lạc Osage có mức thu nhập trung bình hằng năm là 30 nghìn đô-la, trong khi người Tohono O'odham chỉ kiếm được 11 nghìn đô-la. Vậy họ có bị áp bức như nhau không? Còn

những người khuyết tật thì sao? Người khuyết tật xứng đáng có thu nhập như người lành lặn? Được thôi! Ngoài mặt, tuyên bố này rất cao thượng, trắc ẩn và công bằng. Nhưng ai mới là người khuyết tật? Người sống với ba mẹ mắc bệnh Alzheimer ư? Nếu không thì tại sao? Hay là người có chỉ số IQ thấp? Người kém hấp dẫn thì sao? Người béo phì thì thế nào? Một số người rõ ràng phải chịu đựng quá sức những vấn đề ngoài tầm kiểm soát của họ, nhưng cũng hiếm có ai không phải trải qua phải ít nhất một tai họa nghiêm trọng vào lúc nào đó - đặc biệt nếu tính đến cả người thân. Và tại sao không nên là bạn? Giờ mới là vấn đề căn bản đây: *Nhận dạng nhóm có thể được phân nhỏ đến cấp độ cá nhân*. Câu sau nên được viết hoa: MỖI CÁ NHÂN LÀ DUY NHẤT - VÀ KHÔNG CHỈ THEO NGHĨA NHỎ NHẶT: MÀ THEO NGHĨA QUAN TRỌNG, ĐÁNG KỂ VÀ VÔ CÙNG Ý NGHĨA. Việc là thành viên trong nhóm không giúp ta nắm được khả năng biến đổi ấy. Chấm hết.

Sự phức tạp này không hề được những người theo chủ nghĩa Marx hay theo chủ nghĩa hậu hiện đại bàn đến. Thay vì thế, cách tiếp cận về tư tưởng của họ cố định ở một chân lý, giống như sao Bắc Đẩu vậy và buộc mọi thứ phải xoay quanh nó. Việc tuyên bố rằng mọi sự khác biệt giới tính là hệ quả của công cuộc xã hội hóa vừa không thể chứng minh được, vừa không thể phủ nhận được - theo nghĩa nào đó - vì văn hóa có thể được dùng để chống đỡ những thế lực nhắm vào nhóm hoặc cá nhân ấy, mà mọi kết quả đầu hầu như có thể đạt được nếu chúng ta chấp nhận cái giá phải trả. Ví dụ, chúng ta biết được từ những nghiên cứu về trẻ song sinh được nhận nuôi rằng: Văn hóa có thể tăng 15 điểm IQ (hoặc một độ lệch chuẩn xấp xỉ bằng mức khác biệt giữa một học sinh trung học có học lực trung bình với một sinh viên đại học công có học lực trung bình), với cái giá là

sự gia tăng về của cải gấp ba lần độ lệch chuẩn. Điều này đồng nghĩa rằng hai đứa trẻ song sinh giống hệt nhau, bị chia cắt khi mới sinh sẽ hơn kém nhau đến 15 điểm IQ nếu đứa thứ nhất được nuôi lớn trong một gia đình nghèo hơn 85% các gia đình khác, còn đứa thứ hai được nuôi lớn trong một gia đình giàu hơn 95% gia đình còn lại. Ngoài sự giàu có, ta cũng vừa chứng minh được điều tương tự bằng nền tảng học vấn. Chúng ta không biết sẽ phải tốn bao nhiêu của cải hoặc nền tảng giáo dục khác biệt để tạo ra sự chuyển biến cực hạn hơn.

Những nghiên cứu trên cho thấy chúng ta thật sự có thể giảm thiểu những khác biệt bẩm sinh giữa nam và nữ, nếu sẵn sàng chịu đủ áp lực. Điều này không bao giờ đảm bảo rằng chúng ta cho phép cả hai giới tự do chọn lựa. Nhưng bức tranh hệ tư tưởng không có chỗ cho sự lựa chọn: Nếu cả nam và nữ cùng tự nguyện hành động nhằm tạo ra kết quả bất bình đẳng giới tính, thì những lựa chọn ấy đáng ra phải được quyết định bởi thiên kiến văn hóa. Hậu quả là mọi người đều là nạn nhân bị tẩy não, tại bất cứ đâu mà những khác biệt về giới tính tồn tại và các lý thuyết gia phê phán nghiêm khắc có nghĩa vụ đạo đức là hướng họ về chính đạo. Điều này đồng nghĩa những người đàn ông vốn đã có suy nghĩ bình đẳng như ở vùng Scandinavia, vốn không giỏi nghề điều dưỡng, sẽ cần được tái huấn luyện thêm nữa. Tương tự là những phụ nữ Scandinavia không giỏi nghề kỹ thuật. Việc tái đào tạo ấy sẽ trông như thế nào? Giới hạn của nó nằm đâu? Những việc như thế thường đẩy quá khứ đến một giới hạn hợp lý để chúng phải gián đoạn.

CON TRAI THÀNH CON GÁI

Điều này đã trở thành nguyên lý của một kiểu lý thuyết kiến tạo xã hội

nhất định, rằng thế giới sẽ tốt đẹp hơn nếu con trai cũng hòa nhập tốt như con gái. Những người ủng hộ quan điểm này tin rằng: Thứ nhất, tính hiếu chiến là hành vi học hỏi được, do đó ta có thể xử lý đơn giản bằng cách đừng dạy điều đó; và thứ hai (xin lấy ví dụ cụ thể), "con trai cần phải hòa nhập theo cách mà con gái vốn dĩ vẫn hòa nhập trong xã hội và chúng nên được khuyến khích phát triển những phẩm chất tích cực với xã hội như sự dịu dàng, nhạy cảm với cảm xúc, ân cần, hợp tác và xem trọng tính thẩm mỹ". Trong quan điểm của các nhà tư tưởng này, sự hiếu chiến chỉ giảm khi các nam thiếu niên "tán thành cùng những chuẩn mực hành xử truyền thống vốn vẫn được khuyến khích cho nữ giới".

Nhưng ý kiến trên lại có quá nhiều điểm không ổn, đến mức thật khó để biết bắt đầu từ đâu. Đầu tiên, thói hung hăng không chỉ đơn thuần do học hỏi. Chúng còn là bẩm sinh. Có những mạch sinh học cổ đại được cho là nền tảng của sự hiếu chiến trong phòng vệ và săn mồi. Những mạch này cơ bản đến nỗi chúng vẫn còn vận động trong những loài mà nổi tiếng là những con mèo liệt não, những động vật bị loại bỏ hoàn toàn phần não lớn nhất và tiến hóa gần đây nhất - chiếm một lần lớn đáng kể trong toàn bộ cấu trúc. Điều này không chỉ do thấy hiếu chiến là bẩm sinh, mà nó còn là hoạt động của các vùng não cực kỳ nguyên sơ và cơ bản. Nếu bộ não là một cái cây, thì thói hiếu chiến (cùng phản xạ đói, khát và ham muốn tình dục) sẽ nằm ở thân cây.

Và tiếp tục quan điểm này, có vẻ một bộ phận nhỏ những bé trai hai tuổi (khoảng 5%) có tính khí khá nóng nảy. Chúng giành đồ chơi, đá, đánh và cắn những đứa khác. Đa số chúng vẫn hòa nhập xã hội hiệu quả khi lên bốn tuổi. Nhưng không phải vì chúng được khuyến khích hành động như các bé gái. Thay vì thế, chúng được dạy hoặc tự rèn luyện từ nhỏ để dung

hòa khuynh hướng hiếu chiến vào các quy tắc hành xử phức tạp hơn. Thói hiếu chiến xuất phát từ sự thôi thúc được nổi bật, không bị ngăn cản, chiến đấu và chiến thắng - mang phẩm chất tích cực, chí ít là trên một số phương diện. Những đứa trẻ hung hăng không thể thay đổi tính cách để trở nên tinh tế hơn trong giai đoạn thơ ấu sẽ ít được yêu mến, bởi bản tính chống đối nguyên thủy sẽ không giúp chúng ứng xử tốt trong xã hội về sau. Bị bạn bè chối bỏ, chúng thiếu đi những cơ hội hòa nhập với xã hội xa hơn và dần mang vị thế bị bỏ mặc. Những cá nhân này vẫn có thiên hướng chống đối xã hội và phạm tội khi lớn lên. Nhưng điều này không có nghĩa rằng động cơ hiếu chiến hoàn toàn không mang lại tác dụng hay giá trị nào. Chí ít nó vẫn cần thiết để tự bảo vệ bản thân.

LÒNG TRẮC ẨN LÀ THÓI XẤU

Có rất nhiều khách hàng nữ (thậm chí là phần lớn), mà tôi gặp khi thực hành lâm sàng, gặp rắc rối trong công việc và cuộc sống gia đình, không phải vì họ quá hiếu chiến mà vì họ không đủ hiếu chiến. Các nhà trị liệu hành vi nhận thức gọi liệu pháp dành cho những bệnh nhân này, với nét đặc trưng chung là những đặc điểm nữ tính như sự dễ đồng thuận (cư xử lịch sự và cảm thông) và loạn thần kinh (lo lắng và nỗi đau trong cảm xúc), là "huấn luyện thói hiếu chiến". Những người phụ nữ không đủ hiếu chiến - và cả đàn ông (tuy hiếm gặp hơn) - làm quá nhiều điều cho người khác. Họ có khuynh hướng đối xử với những người xung quanh như thể họ là lũ trẻ bất hạnh. Họ ngây thơ và tin rằng hợp tác nên là nền tảng của mọi giao dịch xã hội, rồi họ thường tránh xung đột (nghĩa là tránh đối đầu với các vấn đề trong mối quan hệ cũng như công việc). Họ liên tục hy sinh cho người khác. Điều này nghe có vẻ cao thượng - và chắc chắn đây là thái độ

mang đến các lợi thế nhất định trong xã hội - nhưng nó có thể và chỉ phản tác dụng theo hướng một chiều. Vì những người quá dễ đồng thuận sẽ dốc hết sức vì người khác và không lên tiếng vì bản thân một cách chính đáng. Vì nghĩ rằng mọi người đều nghĩ như mình, nên họ mong đợi - thay vì đảm bảo - vào những hành động hợp lẽ có qua có lại từ đôi phương. Khi điều ấy không xảy ra, họ cũng không lên tiếng. Họ không chịu hoặc không thể thẳng thắn đòi hỏi sự công nhận. Khi mặt tối trong tính cách của họ trỗi dậy bởi kìm nén lâu ngày, họ sẽ trở nên oán giận.

Tôi bảo những người dễ đồng thuận quá mức rằng hãy lưu ý sự xuất hiện của nỗi oán giận. Việc này vô cùng quan trọng, dù đó là thứ cảm xúc vô cùng độc hại. Chỉ có hai lý do chính sinh ra oán giận: bị lợi dụng (hoặc tự cho phép bản thân bị lợi dụng), hoặc than van từ chối nhận trách nhiệm và trưởng thành lên. Nếu bạn bực bội, hãy tìm cho ra nguyên do. Hoặc có lẽ bạn nên trao đổi vấn đề này với người nào đó mình thực sự tin tưởng. Bạn có đang cảm thấy bức bối một cách ấu trĩ không? Nếu sau khi thực lòng xét kỹ, bạn nghĩ không phải thế, thì có lẽ ai đó đang lợi dụng bạn đấy. Điều này có nghĩa giờ bạn đang đối mặt với bổn phận đạo đức là lên tiếng cho chính mình. Cũng có khả năng bạn sẽ phải đối mặt với sếp, bạn đời, con cái hoặc cha mẹ mình. Nghĩa là bạn cần thu thập một số bằng chứng chiến lược, để khi đối đầu với người ấy, bạn có thể đưa ra một vài ví dụ về hành vi không đúng mực của đối phương (ít nhất là ba), để họ không thể dễ dàng lẩn tránh những cáo buộc của bạn. Bạn cũng không thể nhận thua khi họ đưa ra những lời phản bác của mình. Mọi người hiếm khi có quá bốn lý lẽ. Nếu bạn vẫn không lay chuyển, họ sẽ tức giận, bật khóc hoặc trốn chạy. Trong trường hợp này, sẽ có ích nếu bạn cũng khóc theo, về lý thuyết, bạn có thể dùng nước mắt để khiến người đang buộc tội cảm

thấy tội lỗi vì đã làm bạn tổn thương và đau đớn. Nhưng nước mắt thường rơi vì tức giận. Một khuôn mặt đỏ bừng cũng gợi ý hay. Nếu bạn có thể thúc đẩy chính kiến qua bốn lời đáp trả đầu tiên và nhanh chóng đối phó cảm xúc kéo theo, thì bạn sẽ giành được sự chú ý của đối phương và có thể cả sự tôn trọng của họ. Nhưng đây vẫn là một mâu thuẫn đúng nghĩa, nên không hề dễ dàng và thoải mái chút nào.

Bạn cũng cần biết rõ điều mình muốn là gì trong những tình huống thế này và sẵn sàng diễn giải rõ mong muốn của mình. Tốt hơn là nên nói với đối phương chính xác điều bạn muốn họ làm, thay vì những điều mà họ đã và đang làm. Bạn có thể nghĩ rằng: "Nếu họ thực sự yêu quý mình, thì họ sẽ biết phải làm gì." Nhưng đây là giọng nói của sự oán giận. Hãy đinh ninh rằng sự vô tri luôn có trước ác ý. Không ai trực tiếp nắm được bạn cần và muốn gì - ngay cả bạn cũng thế. Nếu bạn cố xác định chính xác điều mình muốn, bạn có thể thấy nó khó hơn mình tưởng. Người đang áp chế bạn rất có thể không khôn ngoan hơn bạn đâu, đặc biệt là biết về bạn. Nên thay vì thế, hãy nói thẳng với họ điều bạn thích sau khi đã vạch rõ nó. Hãy khiến cho yêu cầu của bạn trở nên vừa phải và hợp lý nhất có thể - nhưng cũng hãy đảm bảo rằng việc thỏa mãn nó sẽ khiến bạn mãn nguyện. Bằng cách này, bạn sẽ mang đến giải pháp cho cuộc bàn luận thay vì thêm vấn đề.

Những người dễ đồng thuận, giàu lòng trắc ẩn, đồng cảm và tránh né xung đột (tất cả những đặc điểm trên đều cùng một nhóm), thường cho phép người khác chà đạp lên họ và nhận lại cay đắng. Đôi khi, họ hy sinh bản thân quá mức cho người khác và không hiểu được vì sao mình không được đáp lại. Những người dễ đồng thuận cũng hay chiều lòng người khác và điều này sẽ tước đi sự độc lập của họ. Nguy cơ gắn liền với nó có thể

khuếch đại thành chứng loạn thần. Người dễ đồng thuận sẽ nhất trí với bất kỳ ai đưa ra gợi ý, thay vì cương quyết phản đối - thậm chí chỉ vài lần - cách của mình. Do đó, họ mất đi chính kiến, trở nên thiếu quyết đoán và rất dễ bị "quay". Thêm nữa, nếu quá dễ bị đe dọa và tổn thương, họ sẽ thậm chí có ít lý do hơn để đấu tranh vì bản thân, vì như thế sẽ khiến họ phơi mình ra trước nguy cơ và nguy hiểm (chí ít là nhất thời). Đây đích thực là nguyên nhân dẫn đến chứng rối loạn nhân cách phụ thuộc. Căn bệnh này có thể được xem là đối lập với chứng rối loạn nhân cách chống lại xã hội, một nhóm đặc điểm tính cách có ở những kẻ phạm tội khi còn bé, hoặc vị thành niên và cả khi trưởng thành. Thật hay nếu đối lập với tội phạm là một vị thánh, nhưng không phải. Đối lập với kẻ phạm pháp là người mẹ mang phức cảm Oedipus[64] và đó cũng là một dạng phạm pháp.

Người mẹ mang phức cảm Oedipus (và người cha cũng có thể rơi vào trường hợp này, dù tương đối hiếm hơn) nói với con mình: "Mẹ sống chỉ vì con." Bà làm mọi thứ vì con mình. Bà thắt dây giày cho con, xắt nhỏ thức ăn và để chúng leo vào ngủ cùng mình hoặc chồng mình quá thường xuyên. Đây cũng là phương pháp tránh xung đột tốt để giúp con bà tránh được sự quan tâm về tình dục không mong muốn.

Người mẹ mang phức cảm Oedipus lập một thỏa ước với bản thân, với đứa con và với chính ác quỷ. Thỏa ước ấy như sau: "Dù có thế nào, cũng đừng bao giờ rời bỏ mẹ. Đổi lại, mẹ sẽ làm mọi thứ vì con. Khi con lớn lên mà không trưởng thành, con sẽ trở nên vô dụng và khổ sở, nhưng con sẽ không bao giờ phải nhận bất kỳ trách nhiệm nào và mọi việc con làm sai luôn do lỗi của người khác." Những đứa con có thể chấp nhận hoặc phản đối - và chúng cũng có lựa chọn nào đó trong vấn đề này.

Người mẹ mang phức cảm Oedipus chính là mụ phù thủy trong câu

chuyện Hansel và Gretel. Hai đứa trẻ trong câu chuyện cổ tích này có một người mẹ kế mới. Bà ta ra lệnh cho chồng bỏ rơi hai đứa con trong rừng, vì đang có nạn đói và bà nghĩ chúng ăn quá nhiều. Người chồng nghe lời vợ, mang lũ trẻ vào sâu trong rừng và phó mặc chúng cho số phận. Lang thang cô độc trong cơn đói, chúng gặp được một phép màu. Một ngôi nhà. Và không phải một ngôi nhà bình thường. Một ngôi nhà bằng kẹo. Một ngôi nhà bằng bánh gừng. Một người chưa từng tỏ ra quá quan tâm, cảm thông, thương xót và hợp tác sẽ nghi ngờ và hỏi: "Chuyện này có quá tốt đẹp không?" Nhưng lũ trẻ lại quá nhỏ và tuyệt vọng để nhận ra điều đó.

Bên trong cán nhà là một bà lão "tốt bụng", vị cứu tinh của hai đứa trẻ đang quẫn trí. Bà vỗ nhẹ đầu và lau sạch mũi cho chúng, rồi cả ngực và mông, sẵn sàng hy sinh bản thân cho mọi điều ước của chúng ngay từ khi gặp gỡ. Bà ta cho lũ trẻ ăn bất cứ thứ gì chúng muốn, vào bất cứ khi nào chúng thích. Và chúng cũng chẳng phải động tay vào việc gì. Nhưng việc mang lại sự chăm sóc tử tế đó khiến bà ta trở nên đói khát. Bà ta nhốt Hansel vào lồng để vỗ béo cậu tốt hơn. Cậu bé đã đánh lừa để bà ta nghĩ rằng cậu vẫn còn còi cọc, bằng cách đưa ra một mẩu xương cũ khi bà ta muốn kiểm tra xem chân cậu đã đủ độ mềm ngọt như bà muốn chưa. Cuối cùng, do quá tuyệt vọng vì chờ đợi, bà ta bèn nhóm bếp lò, chuẩn bị nấu và ăn thịt những đứa trẻ mà bà đã yêu thương săn sóc. Có vẻ như không bị những lời ngon ngọt dụ dỗ, Gretel đã đợi đến thời khắc bà ta mất cảnh giác và đẩy bà lão "tốt bụng" vào trong lò. Hai đứa trẻ chạy thoát và đoàn tụ với người cha, giờ đây đã ăn năn vì những hành động xấu xa của mình.

Trong một gia đình như thế, miếng ăn ngon nhất dành cho đứa con chính là trọng tâm và nó luôn được ăn trước. Sự bảo bọc quá mức sẽ tàn phá một tâm hồn đang phát triển.

Mụ phù thủy trong câu chuyện Hansel và Gretel là một người Mẹ Tồi tệ, là nửa đen tối của tính nữ biểu trưng. Thẳm sâu trong bản chất xã hội cốt lõi của mình, chúng ta thích ngắm nhìn thế giới qua một câu chuyện, với những nhân vật người mẹ, người cha và đứa con. Nữ tính - nói chung - là thứ bản chất chưa biết nằm ngoài những ranh giới của văn hóa, sự sáng tạo và hủy diệt: Cô ấy là vòng tay bảo bọc của người mẹ và cũng là yếu tố hủy diệt của thời gian, là người mẹ đồng trinh xinh đẹp và cũng là mụ phù thủy sống trong đầm lầy. Thực thể nguyên mẫu này đã gây khó hiểu cho hiện thực lịch sử khách quan vào cuối thập niên 1800, bởi một nhà nhân chủng học Thụy Sĩ có tên Johann Jakob Bachofen. Bachofen từng nói rằng nhân loại đã trải qua một loạt những giai đoạn phát triển trong lịch sử.

Giai đoạn thứ nhất, có thể diễn thô là Das Mutterrecht - "mẫu quyền" (sau một khởi đầu có chút hỗn loạn và vô lối) - một xã hội nơi nữ giới nắm các vị trí quyền lực thống trị, được tôn trọng và tôn vinh, nơi luật tạp hôn và quan hệ chung chạ vô cùng phổ biến, và quyền làm cha hầu như không có. Giai đoạn thứ hai, Dionysian (đặt theo tên một vị thần rượu nho của Hy Lạp) là thời kỳ chuyển đổi, mà trong đó những nền tảng gốc của chế độ mẫu hệ bị lật đổ và quyền lực rơi vào tay nam giới. Giai đoạn thứ ba, Apollonian (đặt theo tên thần mặt trời Hy Lạp) vẫn thống trị đến tận ngày nay. Chế độ gia trưởng lên ngôi, và mỗi phụ nữ chỉ thuộc về duy nhất một người đàn ông. Các quan điểm của Bachofen đã gây ảnh hưởng sâu sắc trong những cộng đồng nhất định, dù không có bất kỳ chứng cứ lịch sử nào ủng hộ. Ví dụ, nhà khảo cổ học Marija Gimbutas đã trở nên nổi tiếng vào thập niên 1980-1990 khi khẳng định rằng trung tâm của văn hóa thời kỳ đồ đá mới ở châu Âu là tôn thờ phụ nữ và nữ thần hòa bình. Bà khẳng định rằng nó đã bị thay thế và đàn áp bởi nền văn hóa chiến binh

phân cấp xâm lăng, từ đó đặt nền móng cho xã hội hiện đại. Sử gia nghệ thuật Melin Stone cũng đồng tình với lập luận này trong cuốn *When God Was a Woman* (tạm dịch: *Khi Chúa là phụ nữ)* của ông. Toàn bộ ý tưởng cơ bản về nguyên mẫu/thần thoại này đã trở thành nguồn cảm hứng cho thuyết thần học về phong trào của phụ nữ và các nghiên cứu về mẫu quyền của thuyết nam nữ bình quyền hồi thập niên 1970 (Cynthia Eller người viết cuốn sách *The Myth of Matriarchal Prehistory* - tạm dịch: *Chuyện hoang đường về tiền sử mẫu quyền* - đã chỉ trích những ý tưởng ấy và gọi loại thần học này là "lời nói dối cao thượng").

Carl Jung đã bắt gặp những ý tưởng về chế độ mẫu hệ nguyên thủy của Bachofen vài chục năm trước. Nhưng Jung sớm nhận ra rằng diễn biến phát triển được nhà tư tưởng người Thụy Sĩ thời kỳ đầu này mô tả thiên về đại diện cho thực tế tâm lý hơn là lịch sử. Ông thấy được tư duy của Bachofen trong cùng những quá trình phản chiếu những huyễn tưởng trong trí tưởng tượng ra thế giới bên ngoài, dẫn đến sự phổ biến của vũ trụ với các chòm sao và thần linh. Trong cuốn *Nguồn gốc và lịch sử của ý thức* và *Người mẹ vĩ đại,* Jung đã hợp tác với Erich Neumann nhằm mở rộng phân tích của đồng nghiệp. Neumann lần theo sự xuất hiện của ý thức, tính nam biểu trưng và đối chiếu nó với tính nữ biểu trưng, nguồn gốc của vật chất (người mẹ, ma trận), lồng ghép với thuyết phức cảm Oedipus trong cách làm cha mẹ của Freud và cho ra đời một hình mẫu nguyên bản bao quát hơn. Đối với Neumann và Jung, ý thức - luôn mang tính nam biểu trưng, thậm chí ở phụ nữ - luôn đấu tranh để được thừa nhận. Sự phát triển của nó rất gian khổ và khiến ta phải lo lắng, bởi nó mang theo sự thừa nhận về tính dễ tổn thương và cái chết. Nó luôn có khuynh hướng chìm sâu trong sự lệ thuộc và vô thức, đồng thời rũ bỏ gánh nặng tồn tại của chính nó. Nó

còn gộp thêm ham muốn vô lý về bất gì điều gì chống lại sự khai sáng, tường minh, lý trí, quyết tâm, sức mạnh và năng lực - *về* bất kỳ thứ gì bảo bọc nó quá mức, để rồi bóp nghẹt và ngấu nghiến nó. Sự bảo bọc quá mức chính là cơn ác mộng gia đình trong phức cảm Oedipus của Freud, thứ mà chúng ta đang nhanh chóng biến nó thành chính sách xã hội.

Người Mẹ Tối là một biểu tượng cổ xưa. Ví dụ, nó biểu hiện dưới hình hài Tiamat trong câu chuyện viết tay cổ xưa nhất mà chúng ta từng phục nguyên, thần thoại *Enuma Elish* của Lưỡng Hà. Tiamat là mẹ của chúng sinh, bao gồm cả thần và người. Bà là điều chưa biết, sự hỗn loạn và giới tự nhiên tạo nên vạn hình vạn vật. Nhưng Bà cũng là long nữ sẵn sàng tiêu diệt chính con mình khi chúng ngộ sát cha của mình và tìm cách sống trên chính di hài của cha. Người Mẹ Tối chính là tinh thần vô thức bất cần, mang ý đồ chế ngự tinh thần cảnh giác và khai sáng, chôn chúng dưới vòng tay bảo bọc như tử cung của cõi âm. Chúng là nỗi kinh hoàng mà các chàng trai trẻ cảm nhận được trước những phụ nữ quyến rũ, vốn đại diện cho chính cõi tự nhiên, sẵn sàng từ chối họ dù ở mức độ thân mật sâu sắc nhất. Không gì thôi thúc sự tự ý thức, làm suy mòn lòng can đảm và nuôi dưỡng những cảm xúc trống rỗng, hận thù nhiều hơn thế - có lẽ chỉ trừ một cái ôm quá chặt từ một người mẹ quan tâm quá mức.

Người Mẹ Tối cũng xuất hiện trong nhiều câu chuyện cổ tích và cả những câu chuyện dành cho người lớn. Trong *Công chúa ngủ trong rừng,* bà ta chính là Nữ hoàng Độc ác, là bản thể của bóng tối - Tiên Hắc ám Maleficent của phiên bản Disney. Vua cha và mẫu hậu của Công chúa Aurora đã quên mời thế lực ấy đến đêm rửa tội của cô bé. Do vậy, họ đã quá bảo bọc cô bé khỏi những hiện thực phá hoại và nguy hiểm, thà để cô bé lớn lên mà không gặp phải bất kỳ rủi ro nào từ chúng. Và phần thưởng

họ nhận được là gì? Đến tuổi dậy thì, cô bé vẫn không nhận thức được gì xung quanh (mắc kẹt trong giấc ngủ trăm năm). Linh hồn của tính nam, chàng hoàng tử, cũng là người đàn ông có thể cứu cô bằng cách giải thoát cô khỏi cha mẹ và nhận thức của chính mình, lại bị nhốt trong ngục tối bởi âm mưu của mặt đen tối của tính nữ. Việc hoàng tử trốn thoát đã tạo áp lực quá lớn đến Nữ hoàng Độc ác. Mụ ta biến thành Ác Long của Hỗn loạn. Tính nam biểu trưng đã đánh bại mụ bằng công lý và niềm tin, rồi tìm thấy và đánh thức công chúa bằng một nụ hôn.

Mô-típ này có thể bị phản đối (như đã từng bị trong tác phẩm mang đậm tính tuyên truyền *Frozen - Nữ hoàng băng giá* gần đây của Disney) rằng một người phụ nữ không cần một người đàn ông giải cứu. Điều đó có thể đúng hoặc sai. Có thể do chỉ những phụ nữ muốn có (hoặc đã có) con mới cần một người đàn ông đến giải cứu cô ta - hoặc ít nhất là hỗ trợ và chu cấp cho cô. Trong bất kỳ trường hợp nào, chắc chắn chỉ những phụ nữ cần thức tỉnh mới được giải cứu; và như đã lưu ý ở trên, ý thức là tính nam biểu trưng và đã tồn tại từ thuở sơ khai (dưới vỏ bọc của cả trật tự lẫn Ngôi Lời, theo nguyên lý trung gian). Hoàng Tử có thể là người tình, nhưng cũng có thể là sự tỉnh táo đầy chú tâm, tầm nhìn rõ ràng và tâm lý độc lập vững vàng ở một phụ nữ. Chúng được xem là những nét đặc trưng nam tính - trong thực tế cũng như biểu tượng, vì nam giới thường ít mềm mỏng và dễ đồng thuận như phụ nữ nói chung và cũng ít lo lắng và đau đớn về mặt cảm xúc hơn phụ nữ. Và xin nhắc lại lần nữa: (1) Điều này đúng nhất ở các quốc gia Scandinavia, nơi mỗi động thái đều hướng đến bình đẳng giới - và (2) sự khác biệt là không hề nhỏ khi so với chuẩn của những tiêu chí đã được đo lường.

Mối quan hệ giữa tính nam và ý thức cũng được khắc họa một cách

biểu trưng trong bộ phim hoạt hình Disney *Nàng tiên cá*. Nhân vật nữ chính Ariel dù khá nữ tính, nhưng cũng có tinh thần độc lập mạnh mẽ. Vì lý do này mà Arial trở thành con gái cưng của cha mình, dù cô nàng cũng gây cho ông nhiều rắc rối. Cha cô, Triton, là vua của biển cả, đại diện cho thứ đã biết, văn hóa và trật tự (gợi ý về một nhà cai trị áp bức và chuyên chế). Vì trật tự luôn đối lập với hỗn loạn, nên Triton có một kẻ thù, Ursula. Ursula là một mụ bạch tuộc - hay con mãng xà, quỷ gorgont (tóc rắn) và hydra (rắn nhiều đầu). Như vậy, Ursula cũng thuộc nhóm nhân vật nguyên mẫu như rồng/nữ hoàng Maleficent trong *Người đẹp ngủ trong rừng* (hoặc mụ hoàng hậu già hay ghen ghét trong *Bạch Tuyết,* dì ghẻ Tremaine trong *Lọ Lem,* Hoàng hậu Đỏ trong *Alice lạc vào Xứ Thần tiên,* Cruella de Vil trong *101 chú chó đốm,* bà Medusa trong *Đội cứu hộ* và Mẹ Gothel trong *Công chúa tóc mây).*

Ariel muốn theo đuổi mối tình lãng mạn của mình với Eric, chàng hoàng tử được cô cứu khỏi một vụ đắm tàu. Ursula đã lừa Ariel từ bỏ giọng hát của mình để lấy đôi chân người trong vòng ba ngày. Tuy vậy, Ursula biết rõ một khi Ariel mất đi chất giọng, cô sẽ không thể tạo nên một mối quan hệ với chàng hoàng tử. Mất đi khả năng nói - tức mất đi Ngôi Lời, mất đi Thánh Ngôn - cô sẽ bị chôn vùi dưới biển sâu và mất đi ý thức mãi mãi.

Khi Ariel không thể thành đôi với Hoàng tử Eric, Ursuala đã đánh cắp linh hồn cô, đặt nó trong bộ sưu tập đồ sộ những bán sinh vật co quắp và dị dạng đầy kiêu hãnh của mụ. Khi vua Triton xuất hiện và yêu cầu mụ trả lại con gái, Ursual đã buộc ông chấp thuận một thỏa thuận kinh khủng: thế ông vào chỗ con gái Ariel. Tất nhiên, việc xóa sổ vị vua Thông thái (xin nhắc lại là người đại diện cho khía cạnh nhân từ của chế độ gia trưởng)

vốn là kế hoạch bất chính của mụ ngay từ đầu. Ariel được giải thoát, nhưng Triton giờ đây lại bị teo nhỏ thành chiếc bóng thảm hại của ông khi xưa. Quan trọng hơn, Ursula giờ đã nắm trong tay chiếc đinh ba thần kỳ của Triton, cũng là nguồn sức mạnh thần thánh của ông.

May mắn cho tất cả những ai liên quan (trừ Ursula), hoàng tử Eric đã quay lại, đánh lạc hướng mụ hoàng hậu độc ác của thế giới ngầm bằng một cây lao móc. Cú đột kích này đã tạo cơ hội cho Ariel tấn công Ursula; đáp trả lại, mụ ta biến lớn thành kích thước của một con quái vật - giống như kiểu nữ hoàng độc ác Maleficent trong *Công chúa ngủ trong rừng*. Ursula biến ra một cơn bão lớn và triệu hồi lên cả hạm đội tàu đắm từ dưới đáy biển. Trong lúc mụ chuẩn bị giết Ariel, Eric đã lái một chiếc tàu đắm và đâm vào mụ bằng chiếc rầm neo buồm bị gãy. Triton và những linh hồn bị bắt giữ khác được giải thoát. Vua Triton khỏe lại và biến con gái mình thành người, để cô có thể ở bên Eric. Và để hoàn toàn biến thành một phụ nữ - như các câu chuyện khẳng định - cô phải hình thành một mối quan hệ với ý thức nam tính và đứng lên chống lại thế giới tồi tệ (đôi khi chủ yếu phản ánh dưới hình hài người mẹ quá thực của cô). Một người đàn ông đích thực sẽ giúp cô làm điều đó ở một chừng mực nhất định. Nhưng sẽ tốt hơn với những người trong cuộc khi không có ai quá lệ thuộc vào người khác.

Một ngày khi còn bé, tôi đang chơi bóng mềm với vài đứa bạn bên ngoài. Đội tôi gồm cả nam lẫn nữ. Chúng tôi đều đủ lớn để cảm thấy đôi bên bắt đầu thích thú với đối phương theo một cách lạ lẫm. Địa vị ngày càng mang tính liên quan và quan trọng hơn. Jake bạn tôi và tôi sắp xảy ra xô xát, ra sức đẩy nhau về phía ụ ném bóng; thì mẹ tôi chợt đi ngang qua. Mẹ tôi ở cách rất xa, khoảng 27 mét, nhưng tôi ngay lập tức thấy sự thay

đổi trong cử chỉ của mẹ để hiểu rằng bà biết chuyện gì đang xảy ra. Tất nhiên, những đứa trẻ khác cũng thấy bà. Bà đi ngang qua. Tôi biết điều đó làm bà tổn thương. Một phần cũng vì bà lo lắng tôi sẽ về nhà với chiếc mũi đầy máu và con mắt thâm tím. Sẽ dễ dàng hơn nếu bà chỉ việc quát lên: "Này lũ nhóc, mau thôi đi!", hoặc thậm chí đến gần và can thiệp. Nhưng bà đã không làm thế. Một vài năm sau, khi tôi đang gặp rắc rối tuổi thiếu niên với cha mình, mẹ tôi bảo. "Nếu ở nhà quá yên bình, con sẽ chẳng bao giờ đi xa được."

Mẹ tôi là một người dịu dàng. Bà biết thông cảm, hợp tác và đồng thuận. Đôi khi, bà để mọi người xô đẩy mình. Khi quay lại làm việc sau quãng thời gian ở nhà chăm con nhỏ, bà cảm thấy thật khó khăn khi đối đầu với cánh đàn ông. Đôi khi việc ấy khiến bà oán giận - cảm xúc mà có lúc bà cũng cảm thấy trong mối quan hệ với cha tôi, người luôn khẳng định bà phải làm mọi thứ mỗi khi ông muốn. Dù vậy, bà chưa bao giờ là một người mẹ có phức cảm Oedipus. Bà thúc đẩy sự tự lập của con mình, mặc cho việc ấy luôn làm khó bà. Bà đã làm đúng, bất kể việc ấy khiến bà đau lòng.

CỨNG RẮN LÊN! ĐỒ CON CHỒN!

Tôi đã dành cả mùa hè trai trẻ làm việc trong một nhóm công nhân đường sắt, trên thảo nguyên thuộc vùng trung tâm của tỉnh bang Saskatchewan. Mỗi người trong nhóm toàn nam ấy đều được những người khác thử thách trong suốt hai tuần đầu tiên được thuê của họ. Nhiều người trong số các công nhân còn lại là người Anh- điêng vùng Bắc Cree, những anh chàng chủ yếu chỉ yên lặng, dễ chịu cho đến khi họ uống quá nhiều và những góc khuất trong lòng họ bắt đầu lộ ra. Họ từng vào tù ra tội, như đa

số họ hàng của họ. Họ không quá xấu hổ vì điều đó, khi chỉ xem đó như một phần của hệ thống mà người da trắng tạo ra. Mùa đông trong tù ấm áp, thức ăn cũng có đầu đặn và phong phú. Tôi từng cho một anh chàng Cree mượn 50 đô-la. Thay vì trả tiền cho tôi, anh ta đề nghị trả bằng một cặp chặn sách, cắt từ vài thanh đường ray nào đó dọc phía tây Canada và tôi vẫn giữ chúng. Nó đáng giá hơn 50 đô-la rất nhiều.

Khi có một người mới xuất hiện, những công nhân khác chắc chắn sẽ tặng cho anh ta một biệt hiệu miệt thị. Họ gọi tôi là Howdy Doody sau khi tôi được chấp nhận là một thành viên trong đội (cái tên mà tôi phải thừa nhận là hơi ngượng). Khi tôi hỏi kẻ đầu trò vì sao anh ta chọn cho tôi biệt danh này, anh ta đã trả lời một cách hóm hỉnh và lố bịch rằng: "Vì ông trông chẳng giống hắn tí nào cả." Đàn ông thuộc tầng lớp lao động thường rất vui tính theo kiểu mỉa mai, chọc ngoáy và sỉ nhục (như đã bàn trong Quy luật 9). Họ luôn phá rối nhau, một phần để giải trí, một phần để ghi điểm trong trận chiến giành quyền thống trị không hồi kết giữa họ. Nhưng một phần cũng để xem anh chàng kia sẽ làm gì nếu bị xã hội gây áp lực. Đó là một phần của quá trình đánh giá nhân cách, cũng như tình bạn khăng khít. Khi mọi chuyện suôn sẻ (khi mọi người cho đi và nhận lại xứng đáng, và có thể cho và nhận), đó sẽ là nguyên nhân chủ yếu cho phép những gã đàn ông phải nai lưng kiếm sống biết tha thứ, thậm chí thích thú với công việc lắp đặt ống, làm việc trên giàn khoan dầu, đốn gỗ, làm việc trong nhà bếp của các nhà hàng; và tất cả những công việc nóng nực, dơ bẩn, đòi hỏi cao về thể lực cũng như nguy hiểm, mà đến nay vẫn được đàn ông hoàn toàn thực hiện.

Không lâu sau khi tôi bắt đầu làm việc trong đội đường sắt, tên tôi đã được đổi thành Howdy. Đó là một sự cải thiện lớn, vì nó mang hàm ý tốt ở

miền Tây và rõ ràng chẳng liên quan gì đến con rối Howdy Doody ngu ngốc cả. Người tiếp theo được thuê vào đội lại không may mắn như thế. Cậu ta mang theo một hộp cơm trưa bóng bẩy khi đi làm. Đây quả là một sai lầm, vì những chiếc túi giấy màu nâu ngà mới là chuẩn phù hợp và không khoe khoang. Hộp cơm của cậu ta hơi quá đẹp và quá mới. Có vẻ như mẹ cậu đã mua nó (và đóng gói) cho cậu ta. Thế nên nó đã trở thành tên của cậu ta. "Hộp cơm trưa" không phải một anh chàng hài hước. Cậu ta độc miệng về mọi thứ và có thái độ rất tệ. Mọi việc đều do lỗi của người khác. Cậu ta rất dễ tự ái và chẳng vội làm hòa.

"Hộp cơm trưa" không chấp nhận cái tên này và cũng chẳng ổn định được công việc. Cậu ta tỏ thái độ trịch thượng khi ai đó gọi cậu bằng cái tên này và phản ứng với công việc cũng theo cách tương tự. Không ai thích thú khi ở cạnh cậu ta và cậu ta cũng chẳng biết đùa. Đó là mối nguy hiểm chết người trong một đội lao động. Sau khoảng ba ngày giữ khư khư khiếu hài hước tệ hại của cậu ta cùng với bầu không khí ngột ngạt chung của số đông, "Hộp cơm trưa" bắt đầu phải chịu sự quấy rối còn kéo dài hơn chính biệt danh của cậu ấy. Cậu ta làm việc một cách cáu kỉnh trên đường ray, vây quanh bởi chừng 70 người đàn ông tỏa ra trên hơn 1/4 dặm. Đột nhiên, một viên sỏi chẳng biết từ đâu bay qua không trung, nhằm vào mũ bảo hộ của cậu ta. Cú ném trực diện sẽ tạo ra tiếng "cốp" rất đanh, làm hài lòng tất cả những ai đang lặng lẽ quan sát. Nhưng ngay cả điều này cũng không cải thiện được khiếu hài hước của cậu ta. Thế nên các viên sỏi ngày càng lớn hơn. "Hộp cơm trưa" hẳn đã để tâm đến chuyện gì đó và không chú ý. Thế rồi "cốp", một viên đá nhắm thật chuẩn phang thẳng vào đầu cậu, làm bùng nổ cơn phẫn nộ sôi máu và bất lực. Trò vui lặng lẽ lan khắp đường ray. Sau vài ngày, "Hộp cơm trưa" biến mất với một vài vết bầm

mà chẳng khôn ra được tí nào.

Đàn ông áp đặt một bộ luật ứng xử lên nhau khi làm việc cùng nhau. Hãy làm việc của mình. Hãy dốc sức. Hãy tỉnh táo và chú ý. Đừng rên rỉ hoặc tự ái. Hãy đứng về phía bạn bè. Đừng nịnh bợ và mách lẻo. Đừng lệ thuộc vào những quy tắc ngu ngốc. Đừng là đồ ẻo lả - như những lời bất hủ của cựu tài tử Arnold Schwarzenegger[65]. Đừng bao giờ phụ thuộc. Thế thôi! Chấm hết! Quấy rối là bài kiểm tra và là một phần của sự chấp nhận trong một đội lao động. Bạn có đủ cứng rắn, vui vẻ, được việc và đáng tin cậy hay không? Nếu không thì hãy biến đi. Đơn giản thế thôi. Chúng tôi không cần phải tiếc cho bạn. Chúng tôi không muốn chịu đựng trò tự ái của bạn và cũng không muốn làm việc thay bạn.

Có một quảng cáo nổi tiếng dưới hình thức một tập truyện tranh, được vận động viên thể hình Charles Atlas phát hành cách đây vài thập niên. Tựa đề của nó là "Lời xúc phạm biến Mac thành đàn ông" và xuất hiện trong hầu hết mọi quyển truyện tranh, đa số được bọn con trai tìm đọc. Mac, nhân vật chính, đang ngồi trên một tấm khăn đi biển cùng với một phụ nữ trẻ hấp dẫn. Một tên bắt nạt chạy ngang qua và đá cát vào mặt họ. Mac phản kháng. Gã đàn ông kia to lớn kia tóm lấy tay cậu và nói: "Nghe đây. Tao sẽ đập nát mặt mày… Nhưng mày gầy còm như vậy, gió thổi cũng đủ sấy khô và cuốn mày đi rồi." Gã bắt nạt bỏ đi. Mac nói với cô gái: "Tên to xác khốn khiếp! Rồi có ngày anh sẽ trả đủ." Cô gái làm điệu bộ khiêu khích và nói: "Ôi đừng bận tâm, chàng trai bé bỏng của em." Mac về nhà, nhìn lại hình thể thảm hại của mình và mua chương trình Atlas. Chẳng bao lâu, cậu đã có một thân hình mới. Lần tiếp theo cậu đến bãi biển, cậu đã đấm thẳng vào mũi tên bắt nạt to xác ấy. Cô bạn gái ôm lấy cánh tay cậu đầy ngưỡng mộ. "Ôi, Mac!", cô ấy nói, "thì ra anh là một người đàn ông

thực sự".

Quảng cáo ấy nổi tiếng là có lý do. Nó tóm lược tâm sinh lý tình dục con người một cách thẳng thắn qua bảy tấm pa-nô. Người đàn ông trẻ quá yếu đuối cảm thấy xấu hổ và tự ý thức về điều đó, hệt như lẽ thường. Anh ta có gì hay? Anh bị xem thường bởi những gã đàn ông khác và tệ hơn là bởi cả những phụ nữ đáng khao khát. Thay vì chìm đắm trong nỗi oán giận và trốn xuống tầng hầm để chơi điện tử trong chiếc quần lót, phủ đầy người bằng bột Cheetos (một loại bánh snack), anh đã thể hiện bản thân bằng cái mà Alfred Adler, đồng nghiệp thực tế nhất của Freud, gọi là "ảo tưởng đền bù". Mục tiêu của ảo tưởng ấy không phải là hoàn thành điều ước, mà chỉ là tia sáng soi rọi con đường đích thực phía trước. Mac nghiêm túc chú ý đến cơ thể như con bù nhìn của mình và quyết định rằng cậu nên phát triển một cơ thể khỏe mạnh hơn. Quan trọng hơn, cậu đã thực hiện kế hoạch của mình. Cậu xác định rằng một phần của bản thân có thể vượt qua trạng thái hiện tại và trở thành người hùng trong cuộc phiêu lưu của chính mình. Cậu quay lại bãi biển và đấm vào mũi gã bắt nạt. Mac đã thắng. Bạn gái cậu cũng vậy. Và tất cả mọi người cũng thế.

Lợi thế rõ ràng của phụ nữ là đàn ông không hề vui vẻ chấp nhận sự phụ thuộc lẫn nhau trong giới đàn ông. Một phần lý do mà rất nhiều phụ nữ thuộc tầng lớp lao động hiện nay không kết hôn - như chúng ta đã ám chỉ - là vì phụ nữ không muốn phải chăm sóc một người đàn ông đang cực khổ tìm kiếm việc làm cùng với con cái của họ. Cũng công bằng đấy! Một người phụ nữ nên chăm sóc con cái của mình - mặc dù đó không phải là tất cả những gì cô ta nên làm. Và một người đàn ông nên chăm sóc cả người phụ nữ lẫn con cái - mặc dù đó không phải là tất cả những gì anh ta nên làm. Nhưng một người phụ nữ không nên chăm sóc một người đàn ông, vì

cô ấy phải chăm sóc con cái và người đàn ông không nên là một đứa trẻ. Điều này có nghĩa anh ta không được phép ỷ lại. Đây là một trong những lý do khiến cánh mày râu rất ít kiên nhẫn với tuýp đàn ông hay ỷ lại. Và chúng ta đừng quên rằng: Những phụ nữ xấu tính có thể sinh ra những đứa con trai ỷ lại, có thể ủng hộ và thậm chí kết hôn với những đàn ông ỷ lại. Nhưng một phụ nữ tỉnh táo và có ý thức sẽ muốn có một người bạn đời cũng tỉnh táo và có ý thức như họ.

Chính vì lý do này mà nhân vật Nelson Muntz trong phim *The Simpsons* (tạm dịch: *Gia đình Simpson)* là cần thiết với nhóm cộng đồng nhỏ xung quanh đứa con trai hay chống đối của Homer tên là Bart. Nếu không có Nelson, Trùm của lũ Bắt nạt, ngôi trường sẽ sớm bị tàn phá bởi Milhouse đầy oán giận và tự ái, Martin Princes thông minh mà ái kỷ, bọn trẻ người Đức tự phụ và nghiện sô-cô-la, cùng với Ralph Wiggums có tính trẻ con. Muntz là một đứa trẻ biết chỉnh đốn, tự lập và cứng cỏi, sử dụng khả năng của mình để quyết định những hành vi trẻ con và thảm hại nào là không nên làm. Một phần tinh túy của *Gia đình Simpson* là việc các tác giả đã không chấp nhận miêu tả Nelson đơn giản như một kẻ bắt nạt không thể cứu chuộc. Dù bị người cha vô dụng bỏ rơi, bị người mẹ trăng hoa và vô tâm của mình ngó lơ, nhưng Nelson vẫn sống khá tốt, nếu xét đến mọi phương diện. Cậu ta thậm chí còn có tình cảm với Lisa, cô gái có đầu óc tiến bộ, đến mức khiến cô thất thần và bối rối (nhờ cùng những lý do này mà bộ tiểu thuyết *Fifty Shades of Grey - Năm mươi sắc thái* đã trở thành hiện tượng trên toàn thế giới).

Khi sự mềm yếu và vô hại trở thành những đức tính được chấp nhận qua ý thức, thì sự cứng rắn và sự thống trị sẽ bắt đầu toát ra sự mê hoặc vô thức. Điều này phần nào có nghĩa rằng trong tương lai, nếu đàn ông bị

thúc đẩy phải nữ tính quá nhiều, họ sẽ ngày càng hứng thú với hệ tư tưởng chính trị phát-xít khắc nghiệt trong bộ phim *Fight Club* (tên tiếng Việt: *Sàn đấu sinh tử),* có lẽ là bộ phim mang tính phát-xít nhất nhất được Hollywood thực hiện trong những năm gần đây, cùng với ngoại lệ khả dĩ từ loạt phim *Iron Man - Người sắt,* cung cấp một ví dụ hoàn hảo về thứ hấp lực không thể tránh khỏi ấy. Làn sóng ủng hộ Donald Trump tại Mỹ cũng là một phần của quá trình này, cũng như (với hình thức nham hiểm hơn) sự gia tăng gần đây của các đảng phái chính trị cực hữu ngay cả ở những nơi ôn hòa và khai phóng như Hà Lan, Thụy Điển và Na Uy.

Đàn ông phải cứng rắn lên. Đàn ông thì đòi hỏi điều đó, còn phụ nữ lại muốn như thế; tuy họ có thể không chấp nhận thái độ hà khắc và khinh miệt vốn là một phần tất yếu trong quá trình đòi hỏi mang tính xã hội, vốn thúc đẩy và củng cố sự cứng rắn. Một số phụ nữ không muốn mất những đứa con trai bé bỏng của mình, nên họ cứ giữ rịt chúng bên mình mãi mãi. Một số phụ nữ không thích đàn ông, nên họ thà có một người bạn đời dễ bảo ngay cả khi anh ta vô dụng. Điều này cũng khiến họ cảm thấy vô cùng hối tiếc cho chính mình. Ta không nên đánh giá thấp những khoái lạc kiểu tự thương hại như thế.

Đàn ông cứng rắn lên bằng cách tự thúc đẩy mình và thúc đẩy lẫn nhau. Khi tôi còn là thiếu niên, bọn con trai dễ bị tai nạn xe hơn con gái (và bây giờ vẫn thế). Điều này xảy ra là bởi họ tham gia những trận đua xe ban đêm trong các bãi đỗ xe đóng băng. Họ đã tăng tốc và lái xe của họ trên những ngọn đồi không có đường đi, trải dài từ con sông gần đó đến tầng đất cao đến cả trăm mét. Họ có khuynh hướng đánh nhau nhiều hơn, cũng như cúp học, nói dối giáo viên và bỏ học giữa chừng vì quá mệt mỏi với chuyện giơ tay xin phép đi vệ sinh, trong khi họ đã đủ lớn và đủ khỏe để

làm việc trên những giàn khoan dầu. Họ cũng có khả năng đua xe máy trên các hồ nước đóng băng vào mùa đông nhiều hơn. Giống như bọn trẻ trượt ván, những người leo cần trục và vận động viên chạy tự do, họ đang làm những việc nguy hiểm, cố gắng khiến bản thân trở nên hữu ích. Khi quá trình này đi quá xa, các chàng trai (và đàn ông) sẽ sa vào hành vi chống đối xã hội vốn phổ biến ở nam giới nhiều hơn nữ giới. Nhưng điều đó không có nghĩa rằng mọi biểu hiện của sự liều lĩnh và can đảm đều là phạm tội.

Khi các chàng trai đang quay cuồng với những trận đua xe, đó cũng chính là lúc họ đang kiểm tra giới hạn của xe cộ, khả năng lái xe và khả năng kiểm soát của họ trong tình huống ngoài tầm kiểm soát. Khi họ nói dối giáo viên, tức là họ đang chống lại giới cầm quyền để xem liệu có quyền lực thực sự nào không - loại quyền lực mà trên nguyên tắc, ta có thể dựa vào khi khủng hoảng. Khi bỏ học, họ làm việc ở giàn khoan lúc thời tiết âm đến 40 độ. Sự yếu đuối không phải là nguyên do đẩy nhiều người ra khỏi lớp học, nơi một tương lai được cho là tốt đẹp hơn đang chờ đợi. Mà chính là sức mạnh.

Nếu khỏe mạnh, phụ nữ sẽ không muốn lũ con trai bên cạnh. Họ muốn những người đàn ông. Họ muốn có ai đó để tranh đấu; ai đó để vật lộn. Nếu họ cứng rắn, họ còn muốn có ai đó cứng rắn hơn. Nếu họ thông minh, họ còn muốn có ai đó thông minh hơn. Họ khao khát một người có thể mang đến thứ mà họ không thể mang lại. Điều này thường gây khó khăn cho những phụ nữ cứng rắn, thông minh và hấp dẫn trong việc tìm bạn đời: Đơn giản là không có nhiều đàn ông xung quanh đủ vượt trội họ, để họ xem là đáng khao khát (như một nghiên cứu đã cho thấy, đàn ông vượt trội hơn ở đây là về "thu nhập, học vấn, lòng tự tin, trí thông minh, sự thống trị và vị thế xã hội"). Vì thế, thứ tinh thần đóng vai trò ở đây khi

những chàng trai cố gắng trở thành đàn ông chính là "chẳng thể làm bạn bè gì với phụ nữ trừ khi là đàn ông". Khi các cô gái nhỏ cố gắng đứng trên đôi chân của mình, tinh thần ấy sẽ phản đối ầm ĩ và tự cho mình là đúng ("cô không thể làm điều đó, như thế quá nguy hiểm"). Nó phủ nhận sự tự ý thức. Nó là nhân vật phản diện, thèm muốn thất bại, ghen tuông, oán giận và phá hoại. Không ai thực sự đứng về phía nhân loại lại liên minh với một thứ như thế. Không ai đặt mục tiêu tiến lên lại cho phép mình bị một thứ như thế chiếm hữu. Và nếu bạn nghĩ rằng đàn ông cứng rắn là nguy hiểm, thì hãy đợi đến khi bạn thấy những gã đàn ông yếu ớt có thể làm gì.

Đừng ngăn cản con bạn đón nhận thử thách.

QUY LUẬT 12

YÊU QUÝ MỌI NGƯỜI BẤT CHẤP NHỮNG KHIẾM KHUYẾT Ở HỌ, VÀ YÊU CẢ MỘT CHÚ MÈO NỮA

... HOẶC CHÓ CŨNG ĐƯỢC

TÔI SẼ BẮT ĐẦU CHƯƠNG NÀY bằng cách nói thẳng rằng tôi có một chú chó, thuộc giống Eskimo Mỹ, một trong nhiều biến thể của giống chó spitz. Chúng từng được biết đến là giống chó spitz của Đức, cho đến khi Thế chiến I cấm thừa nhận bất kỳ thứ gì tốt có nguồn gốc từ Đức. Giống chó Eskimo Mỹ là một trong những giống đẹp nhất, với khuôn mặt nhọn kiểu chó sói cổ điển, đôi tai dựng thẳng, bộ lông dày và dài, cùng một chiếc đuôi xoăn tít. Chúng còn rất thông minh nữa. Chú chó của chúng tôi tên là Sikko (theo con gái tôi, người đã đặt cái tên này, thì Sikko nghĩa là "băng" trong tiếng Eskimo), học làm trò rất nhanh và vẫn có thể làm trò ngay cả khi đã già. Gần đây, tôi đã dạy nó một trò mới khi nó bước sang tuổi 13. Chàng ta đã biết cách bắt tay bằng một chân và giữ thăng bằng một món đồ ăn trên mũi của mình. Tôi đã dạy cách làm cả hai trò cùng lúc, nhưng dường như chàng ta không thích thú lắm.

Chúng tôi mua Sikko cho cô con gái bé bỏng Mikhaila khi con bé lên mười. Nó từng là một chú cún đáng yêu với chiếc mũi bé tí hon, đôi tai nhỏ nhắn, khuôn mặt đầy đặn, đôi mắt to tròn cùng những cử động vụng về

- những nét đáng yêu này đã tự động khơi dậy hành động quan tâm từ con người, cả nam lẫn nữ. Mikhaila chính là trường hợp điển hình, vốn cũng bận rộn với việc chăm sóc những con thằn lằn Úc (thằn lằn cổ diềm), tắc kè, trăn hoàng gia, tắc kè hoa, kỳ đà và chú thỏ giống Flanders khổng lồ tên là George, dài đến hơn 80cm và nặng hơn 9 cân. George gặm nhấm tất cả mọi thứ trong nhà và thường xuyên bỏ trốn (trong nỗi kinh hoàng của những ai chợt trông thấy hình dáng to lớn không tưởng của chú, giữa những khu vườn bé xíu của họ ở trung tâm thành phố). Con bé đã nuôi tất cả các loài động vật này vì con bé bị dị ứng với nhiều loại vật nuôi điển hình hơn - ngoại trừ Sikko, con chó có một lợi thế cộng thêm là khả năng gây dị ứng thấp.

Sikko gom góp được 50 biệt danh (chúng tôi đếm thật đấy) khác nhau dựa trên những sắc thái biểu cảm phong phú của nó; phản ánh tình cảm yêu thương mà nó nhận được và đôi khi là cả sự thất vọng của chúng tôi đối với những thói quen xấu của nó. "Scumdog" có lẽ là cái tên tôi yêu thích nhất, nhưng tôi cũng dành sự tôn trọng lớn cho những cái tên như Rathound, Furball và Suck-dog. Bọn trẻ lại thường sử dụng cái tên "Sneak và Squeak" (tức "Lén lút và Ỏm tỏi"), nhưng kèm theo còn có Snooky, Ugdog và Snorfalopogus (phải thừa nhận là chúng thật kinh khủng). Snorbs là biệt danh mà Mikhaila đang chọn. Con bé dùng cái tên đó để chào nó sau thời gian dài không gặp nhau. Để đạt hiệu ứng trọn vẹn, bạn phải thốt ra cái tên ấy ở quãng cao với giọng điệu ngạc nhiên.

Hóa ra Sikko còn có cả một hashtag[66] riêng trên Instagram: #JudgementalSikko - #KẻphánxétSikko.

Tôi đang mô tả chú chó của mình thay vì viết trực tiếp về lũ mèo, vì tôi không muốn sa vào một hiện tượng gọi là "nhận diện nhóm thiểu số", do

nhà tâm lý học xã hội Henri Tajfel đề xướng. Tajfel đã mời các đối tượng nghiên cứu vào phòng thí nghiệm của ông và để họ ngồi trước một màn hình, rồi chiếu vài dấu chấm trên đó. Các đối tượng được ông yêu cầu ước lượng tổng số người. Sau đó, ông phân loại các đối tượng thành nhiều nhóm - ước tính cao với ước tính thấp, chính xác với không chính xác - rồi ông xếp họ vào các nhóm tương ứng với kết quả của từng người. Sau đó, ông yêu cầu thành viên của mọi nhóm chia tiền cho nhau.

Tajfel phát hiện ra rằng, các đối tượng nghiên cứu của ông thể hiện sự ưu ái đặc biệt dành cho những thành viên trong nhóm của chính họ, chứ không chấp nhận chiến lược phân phối quân bình và trao thưởng cao vượt trội cho những người mà họ vừa mới nhận diện được. Các nhà nghiên cứu khác cũng cử người đến các nhóm khác, sử dụng những chiến lược còn tùy tiện hơn như trò tung đồng xu. Điều đó cũng chẳng ích gì, ngay cả khi các đối tượng được thông tin về cách thành lập nhóm. Mọi người vẫn thiên vị những người ở cùng nhóm với họ hơn.

Các nghiên cứu của Tajfel đã chứng minh được hai điều: Thứ nhất, *con người có tính xã hội;* thứ hai, *con người cũng có tính phản xã hội*. Con người có tính xã hội vì họ thích các thành viên trong nhóm của mình. Con người có tính phản xã hội vì họ không thích các thành viên của nhóm khác. Nguyên nhân chính xác của điều này đã trở thành một chủ đề tranh luận dai dẳng. Tôi nghĩ rằng nó có thể là một giải pháp cho một vấn đề tối ưu hóa phức tạp. Ví dụ, những vấn đề như thế phát sinh khi có đến hai hoặc nhiều yếu tố quan trọng, nhưng không thể tối ưu hóa cái nào mà không loại trừ những cái kia. Chẳng hạn, một vấn đề thuộc loại này phát sinh là vì sự ác cảm giữa hợp tác với cạnh tranh, bởi cả hai đều là điều đáng mong đợi về mặt xã hội lẫn tâm lý. Hợp tác là vì sự an toàn, an ninh

và tình hữu nghị. Cạnh tranh là vì sự phát triển cá nhân và vị thế. Nhưng nếu một nhóm cho trước quá nhỏ, thì nó sẽ chẳng có quyền lực hay thanh thế nào để chống đỡ từ các nhóm khác. Do vậy, trở thành thành viên của nhóm nhỏ cũng chẳng ích lợi gì. Ngược lại, nếu nhóm quá lớn thì xác suất bạn leo đến vị trí thứ nhì hoặc thứ nhất sẽ bị giảm đi. Thế nên, bạn sẽ rất khó dẫn đầu. Có lẽ con người xác định mình thuộc về nhóm nào bằng cách tung đồng xu là vì họ thực sự muốn tổ chức và bảo vệ bản thân, nhưng vẫn có một xác suất hợp lý để leo lên thang phân cấp thống trị. Sau đó, họ sẽ ủng hộ nhóm của mình để giúp nó phát triển mạnh mẽ hơn - và leo lên thứ gì đó đang đổ xuống không phải là chiến lược hữu ích.

Dù sao đi nữa, chính nhờ khám phá về các điều kiện tối thiểu của Tajfel mà tôi đã bắt đầu một chương liên quan đến mèo, với phần mô tả về chú chó của mình. Nếu không, việc tôi chỉ đề cập đến mèo trong tiêu đề cũng đủ khiến những người yêu chó chống lại tôi, chỉ vì tôi không bao gồm loài vật có nanh này vào trong nhóm các loài cần được âu yếm cưng nựng. Và vì tôi cũng thích chó nên không có lý do gì tôi phải chịu đựng cái nghiệp ấy. Thế nên, nếu bạn muốn âu yếm một chú chó khi bắt gặp chú trên đường, thì bạn không cần phải cảm thấy ghét tôi. Thay vì thế, bạn hãy yên tâm vì đó cũng là một hành động mà tôi rất ủng hộ. Tôi cũng muốn xin lỗi tất cả những người yêu mèo hiện đang cảm thấy bị xem nhẹ, vì họ đang hy vọng được đọc một câu chuyện về mèo, nhưng rốt cuộc chỉ toàn chuyện liên quan đến chó. Nhưng có lẽ họ sẽ hài lòng vì tôi dám đảm bảo rằng mèo sẽ minh họa tốt hơn cho luận điểm mà tôi muốn nói và tôi nhất định sẽ bàn về chúng. Tuy nhiên, trước tiên chúng ta hãy nói về những chuyện khác đã.

NỖI ĐAU VÀ NHỮNG HẠN CHẾ CỦA HỮU THẾ

Như chúng ta đã bàn, quan điểm cho rằng "đời là bể khổ" là một nguyên lý trong mọi giáo lý tôn giáo lớn. Các Phật tử đã trực tiếp khẳng định điều này. Tín đồ Ki-tô giáo minh họa nó bằng cây thánh giá. Người Do Thái tưởng nhớ bao nỗi đau mà họ phải gánh chịu suốt hàng thế kỷ. Những cách lý luận chung này đều là đặc trưng của các tôn giáo lớn, vì con người vốn dĩ mong manh. Chúng ta đều có thể bị tổn thương, thậm chí bị hủy hoại cả về thể xác lẫn tinh thần; và chúng ta đều phải chịu sự tàn phá của tuổi tác và mất mát. Đây là một tập hợp những thực tế ảm đạm và âu cũng hợp lý khi chúng ta tự hỏi làm thế nào mình có thể mơ đến sự thịnh vượng và hạnh phúc (hoặc đôi khi chỉ là mong muốn được tồn tại) trong những hoàn cảnh như thế.

Gần đây, tôi có trò chuyện với một khách hàng nữ. Chồng cô ấy đã chiến đấu trước căn bệnh ung thư quái ác trong suốt năm năm trời. Cả hai người đều đã rất xuất sắc và dũng cảm trong khoảng thời gian này. Tuy nhiên, anh ấy vẫn phải chịu sự giày vò của khả năng di căn đáng sợ từ căn bệnh này và còn rất ít thời gian sống. Có lẽ điều khó khăn nhất với chúng ta là phải nghe tin khủng khiếp này giữa lúc ta còn đang trong trạng thái sau hồi phục yếu ớt, diễn ra khi ta đã đối diện thành công với nhiều tin xấu trước đó. Thật chẳng công bằng chút nào khi bi kịch lại rơi xuống đúng lúc này. Đó là thứ sẽ khiến bạn mất đi niềm tin với hy vọng của chính mình. Thông thường, thế là đủ để gây nên một nỗi tổn thương đúng nghĩa. Tôi và vị khách hàng nữ này đã thảo luận về một số vấn đề mang tính triết học và trừu tượng và một số thì cụ thể hơn. Tôi đã chia sẻ với cô những suy nghĩ mà tôi hình thành về nguyên nhân gây nên tính dễ tổn thương ở con người.

Khi con trai của tôi, Julian, lên ba tuổi, nó cực kỳ đáng yêu. Giờ nó đã

hơn khi ấy 20 tuổi rồi, nhưng vẫn đáng yêu như thế (một lời khen mà tôi chắc chắn nó sẽ rất thích thú khi đọc được). Nhờ thằng bé mà tôi đã suy nghĩ rất nhiều về sự mong manh của trẻ con. Một đứa trẻ ba tuổi rất dễ bị làm hại. Những con chó có thể cắn nó. Xe hơi có thể đâm vào nó. Những đứa trẻ xấu tính có thể xô ngã nó. Và nó cũng có thể bị ốm (và thỉnh thoảng cũng bị ốm thật). Julian dễ bị sốt cao và đôi khi còn mê sảng. Lắm lúc, tôi đã phải tắm cùng và trấn an nó khi thằng bé đang bắt đầu sinh ra ảo giác, hay thậm chí đánh tôi trong cơn mê sảng. Hiếm có điều gì khiến ta khó chấp nhận những hạn chế cơ bản trong sự tồn tại của con người hơn là một đứa trẻ bị ốm.

Mikhaila lớn hơn Julian một năm và vài tháng tuổi; con bé cũng có những vấn đề riêng. Khi con bé lên hai, tôi từng nhấc bổng nó lên vai và kiệu đi lòng vòng. Bọn trẻ thích trò này lắm. Tuy nhiên, sau khi tôi đặt con bé xuống đất và không vác đi nữa, thì y như rằng nó sẽ ngồi bệt xuống và khóc. Thế nên tôi không còn chơi trò này nữa. Vấn đề tưởng chừng như đã xong, nhưng dường như vẫn có một ngoại lệ rất nhỏ. Vợ tôi, Tammy bảo rằng có điều gì đó không ổn với tướng đi của Mikhaila. Mặc dù tôi chẳng thấy gì, nhưng cô ấy vẫn cho rằng việc này có thể liên quan đến phản ứng của con bé khi thường xuyên ngồi trên vai tôi.

Mikhaila là một đứa trẻ hoạt bát và rất dễ gần. Một ngày nọ, khi con bé được 14 tháng tuổi, tôi đã đưa hai mẹ con và ông bà đến Cape Cod, nơi chúng tôi đang sống tại Boston. Khi đến nơi, Tammy và bố mẹ vợ đi trước và để tôi cùng Mikhaila lại trong xe. Chúng tôi ngồi ở băng trước. Con bé nằm dưới ánh mặt trời và cứ bi bô nói. Tôi bèn cúi người đến gần để nghe thử xem con nói gì. Tôi đã học để nghe xem con bé nói gì.

"Vui quá, vui quá đi, vui quá đi."

Con gái tôi đáng yêu thế đấy.

Nhưng khi lên sáu, con bé bắt đầu ủ rũ. Phải chật vật lắm chúng tôi mới đưa được con ra khỏi giường vào mỗi sáng. Con bé mặc quần áo rất chậm. Mỗi khi đi đâu đó, nó luôn tụt lại phía sau. Con bé than thở rằng chân nó bị đau và giày không vừa nữa. Chúng tôi đã mua cho Mikhaila mười đôi giày khác nhau, nhưng cũng chẳng ích gì. Khi ở trường, con bé luôn tươi tỉnh và cư xử đúng mực. Nhưng khi về nhà và thấy mẹ, nó lại òa lên khóc.

Khi ấy, chúng tôi vừa chuyển từ Boston đến Toronto và cho rằng những thay đổi trên là do áp lực từ việc chuyển nhà. Nhưng mọi chuyện chẳng tốt hơn tí nào. Mikhaila bắt đầu bước từng bước một mỗi khi lên xuống cầu thang. Con bé bắt đầu di chuyển như một người lớn tuổi hơn. Con bé phàn nàn khi tôi nắm tay nó. (Một lần nọ sau đó rất lâu, nó hỏi tôi: "Bố ơi, khi bố chơi trò "công kênh" với con khi con còn bé ấy, có phải nó đã khiến chân con đau không?" Nhưng khi bạn biết thì đã quá muộn…)

Một bác sĩ tại phòng khám đa khoa địa phương bảo chúng tôi rằng: "Thỉnh thoảng, trẻ bị đau khi đang phát triển. Đó là điều bình thường. Nhưng anh chị có thể cân nhắc đưa cháu đến gặp chuyên gia vật lý trị liệu." Thế là chúng tôi đưa con bé đi khám. Nhà vật lý trị liệu cố gắng xoay gót chân của Mikhaila. Nhưng nó không nhúc nhích. Chuyện này thật không ổn. Bác sĩ nói với chúng tôi: "Rất tiếc, con gái anh chị đã mắc bệnh viêm thấp khớp vị thành niên rồi." Đây không phải điều chúng tôi muốn nghe. Tôi và vợ đâm ra không thích vị bác sĩ ấy. Chúng tôi đành quay lại phòng khám đa khoa. Tại đây, một bác sĩ khác bảo chúng tôi đưa Mikhaila đến Bệnh viện Nhi. Bác sĩ này bảo rằng: "Hãy đưa con bé đến phòng cấp cứu. Bằng cách đó, anh có thể nhanh chóng gặp được một bác sĩ chuyên

khoa thấp khớp." Vậy là Mikhaila bị viêm khớp thật. Vị bác sĩ mang tin không vui này đến cho chúng tôi đã đúng. Những 37 khớp xương bị ảnh hưởng. Con bé mắc chứng viêm đa khớp tự phát nghiêm trọng ở trẻ vị thành niên (JIA). Nguyên nhân là gì? Không rõ. Tiên lượng ra sao? Nhiều khớp phải được thay thế sớm.

Rốt cuộc, làm thế nào Thượng Đế có thể tạo nên một thế giới tồn tại một chuyện như thế này? - nhất là lại xảy đến với một cô bé vô tội và vui tươi? Đó là một câu hỏi tuyệt đối căn bản, từ những người tin lẫn không tin ở Ngài. Đó là vấn đề đã được nêu (cũng như bao vấn đề nan giải khác) trong cuốn *Anh em nhà Karamazov,* cuốn tiểu thuyết vĩ đại của Dostoevsky mà chúng ta đã bàn đến trong Quy luật 7. Dostoevsky biểu lộ sự hoài nghi của ông đối với tính đúng đắn của Hữu thể thông qua nhân vật Ivan, người anh trai - nếu bạn còn nhớ - có tài ăn nói, điển trai, tinh tế (và cũng là đối thủ đáng gờm nhất) của thầy tu tập sự Alyosha. "Không phải anh chối bỏ Thượng Đế. Cậu hãy hiểu lấy điều này", Ivan nói. "Anh chỉ không chấp nhận thế giới mà Ngài đã tạo nên, một thế giới của riêng Ngài. Anh không thể đồng tình với nó."

Ivan kể cho Alyosha câu chuyện về một cô bé nọ, bị cha mẹ trừng phạt bằng cách khóa cửa nhà nhốt cô trong cảnh lạnh giá bên ngoài (một câu chuyện mà Dostoevsky đã chọn lọc từ một tờ báo thời bấy giờ). "Cậu có thể chỉ nhìn thấy hai kẻ khốn nạn ấy đang ngủ chập chờn, trong khi đứa con gái kêu khóc cả đêm?", Ivan nói. "Và hãy hình dung đứa trẻ bé nhỏ kia: Ta không thể biết được điều gì đang xảy ra với cô bé, trái tim đập liên hồi trong lồng ngực nhỏ lạnh giá, những giọt nước mắt lặng lẽ rơi, cầu xin 'Đức Chúa Giê-su nhân từ' hãy giải thoát cô bé khỏi nơi khủng khiếp ấy!… Alyosha này: Nếu bằng cách nào đó cậu sẽ thề nguyện rằng thế giới

cuối cùng rồi cũng sẽ có được sự bình yên hoàn toàn và tuyệt đối - nhưng với chỉ một điều kiện là cậu sẽ hành hạ một đứa bé con cho đến chết - giống như cô bé đang đóng băng ngoài kia… cậu sẽ làm thế chứ?" Alyosha ngần ngại: "Không, em sẽ không làm thế." Cậu ấy sẽ không làm những điều mà Thượng Đế dường như cho phép cậu được tự do làm.

Tôi chợt nhận ra đôi điều liên quan đến chuyện này từ nhiều năm trước, về bé Julian lúc ba tuổi (mọi người còn nhớ cậu bé chứ? :)). Tôi nghĩ: "Mình yêu con trai mình. Thằng bé mới ba tuổi đầu, đáng yêu, nhỏ nhắn và luôn vui vẻ. Nhưng mình cũng sợ cho nó lắm, vì nó có thể bị thương. Nếu có quyền năng thay đổi điều ấy, mình có thể làm gì đây?" Tôi từng nghĩ: "Nó có thể cao đến 6 mét thay vì chỉ 1 mét. Không ai có thể đẩy ngã nó. Cơ thể nó có thể làm bằng titan thay vì bằng xương thịt. Rồi nếu có vài đứa nhóc xấc láo hất tung chiếc xe tải đồ chơi của nó lên, nó sẽ không thèm bận tâm. Thằng bé sẽ có một bộ não được nâng cấp như máy tính. Và ngay cả khi nó chẳng may bị thương, các bộ phận trên cơ thể nó cũng có thể được thay thế ngay lập tức. Thế là xong!" Nhưng không - xong thế nào được - và không chỉ vì đây là những chuyện bất khả thi. Vũ trang cho Julian bằng cách nhân tạo cũng chẳng khác nào hủy hoại thằng bé. Thay vì là một đứa bé ba tuổi, thằng bé sẽ là một con robot lạnh lùng, sắt đá. Đó không phải là Julian. Đó là một con quái vật. Qua những suy nghĩ như thế, tôi đã dần nhận ra rằng tình yêu thương thực sự đối với một người không thể tách rời khỏi những mặt hạn chế của chính người ấy. Julian sẽ không còn nhỏ bé, đáng yêu và dễ mến nếu nó không chịu đau ốm, mất mát, đau khổ và lo lắng. Chính vì yêu thằng bé rất nhiều, mà tôi đã quyết định rằng nó hãy cứ như thế, bất chấp sự mong manh của nó.

Nhưng đối với con gái tôi thì khó khăn hơn. Khi căn bệnh của con bé

cứ tiếp diễn, tôi bắt đầu cõng con bé trên lưng (không phải trên vai tôi nữa) mỗi khi đi ra ngoài. Con bé bắt đầu uống thuốc naproxen và methotrexate - một tác nhân hóa trị liệu cực mạnh. Con bé được tiêm vài liều cortisol (ở cổ tay, vai, mắt cá, khuỷu tay, đầu gối, hông, ngón tay, ngón chân và dây chằng), tất cả đều được gây tê. Cách này chỉ giúp ích tạm thời và con bé vẫn yếu dần đi. Một hôm, Tammy đưa Mikhaila đến vườn thú. Cô ấy đẩy con bé đi dạo quanh trên chiếc xe lăn.

Đó là một ngày chẳng vui vẻ gì.

Bác sỹ chuyên khoa thấp khớp đề nghị cho con bé dùng prednisone, một loại thuốc corticosteroid từ lâu đã được dùng để chống viêm. Nhưng prednisone có rất nhiều tác dụng phụ, mà nhẹ nhất là khiến khuôn mặt bị sưng phù. Không rõ điều này có tốt hơn bị viêm khớp không, nhất là với một bé gái. Thật may (nếu đây là từ chính xác), bác sĩ đã kể với chúng tôi một loại thuốc mới. Nó đã từng được sử dụng nhưng chỉ ở người lớn. Vì thế mà Mikhaila trở thành đứa trẻ Canada đầu tiên được dùng etanercept, một loại "chế phẩm sinh học" đặc biệt dành riêng cho các bệnh tự miễn. Trong vài lần tiêm đầu tiên, Tammy vô tình cho lượng thuốc cao gấp mười lần lượng được khuyến cáo. Và "bùm!", Mikhaila đã được chữa khỏi. Vài tuần sau chuyến đi thăm vườn thú, con bé đã chạy nhảy tung tăng và chơi cho một giải bóng đá thiếu nhi. Tammy vui mừng đến nỗi đã dành cả mùa hè chỉ để nhìn con chạy nhảy vui đùa.

Hai vợ chồng tôi muốn Mikhaila tự kiểm soát cuộc sống của mình nhiều nhất có thể. Con bé luôn có động lực mạnh mẽ với tiền bạc. Một hôm, chúng tôi thấy con bé ngồi ngoài phố, xung quanh là những cuốn sách thời thơ ấu. Con bé đang bán chúng cho người qua đường. Buổi tối hôm ấy, tôi đặt con bé ngồi xuống cạnh mình và nói rằng tôi sẽ cho nó 50

đô-la nếu nó có thể tự tiêm thuốc cho mình. Khi ấy, Mikhaila mới tám tuổi. Con bé đã vật lộn trong suốt 35 phút để giữ mũi kim sát đùi. Và nó đã làm được. Lần tiếp theo, tôi trả 20 đô-la, nhưng chỉ cho con bé mười phút. Sau đó là mười đô-la và năm phút. Chúng tôi đã giữ mức 10 đô-la khá lâu. Đó quả là một "món hời".

Sau vài năm, Mikhaila hoàn toàn không còn triệu chứng nào nữa. Bác sĩ chuyên khoa khớp đề nghị chúng tôi bắt đầu tập cho con bé ngưng dùng thuốc. Một số đứa trẻ khỏi hẳn chứng JIA khi đến tuổi dậy thì. Không ai biết tại sao. Con bé bắt đầu uống methotrexate dưới dạng viên thay vì tiêm như trước. Mọi thứ êm đẹp khoảng bốn năm. Rồi một ngày nọ, khuỷu tay của con bé bắt đầu đau. Chúng tôi đưa con trở lại bệnh viện. Trợ lý của bác sĩ cho biết: "Cháu chỉ còn một khớp xương bị viêm." Nhưng "chỉ còn" là không đúng. "Hai" không nhiều hơn "một" bao nhiêu, nhưng "một" lại lớn hơn "không có gì" gấp bội. "Một" đồng nghĩa con bé đã không thoát khỏi chứng viêm khớp của mình, dù đã từng có lúc khỏi. Tin ấy đã khiến con bé suy sụp trong cả tháng trời, nhưng nó vẫn đến lớp khiêu vũ và chơi bóng với bạn bè trên con đường trước nhà.

Đến tháng Chín tiếp theo, khi Mikhaila bắt đầu vào lớp 11, vị bác sĩ chuyên khoa ấy lại có thêm vài tin không vui. Ảnh chụp MRI cho thấy khớp háng ở phần hông đã bị hủy hoại. Cô ấy bảo Mikhaila rằng: "Hông của cháu phải được thay trước năm 30 tuổi." Phải chăng tổn thương đã xảy ra trước cả lúc etanercept phát huy được phép màu của nó? Chúng tôi không biết nữa. Đó là một tin cực xấu. Vài tuần sau, khi Mikhaila đang chơi khúc côn cầu trong phòng thể dục ở trường trung học, hông con bé bỗng dưng cứng đờ. Con bé phải tập tễnh lê ra khỏi sân. Cơn đau càng lúc càng dữ dội. Bác sĩ cho biết: "Một số xương đùi của cháu dường như

không còn hoạt động. Cháu không cần thay hông khi 30 tuổi nữa, mà là ngay bây giờ."

Khi tôi ngồi nói chuyện với khách hàng - người đã trao đổi với tôi về căn bệnh đang trầm kha hơn của chồng cô - chúng tôi đã bàn về sự mong manh của cuộc sống, thảm họa của sự tồn tại và nhận thức về thuyết hư vô sinh ra bởi bóng ma chết chóc. Tôi bắt đầu với những suy nghĩ về con trai của mình. Rồi cô ấy hỏi, như bất kỳ ai ở vào hoàn cảnh của cô: "Vì sao lại là chồng tôi? Vì sao lại là tôi? Vì sao lại thế này?" Nhận thức của tôi về mối liên kết chặt chẽ giữa tính dễ bị tổn thương và Hữu thể là câu trả lời tốt nhất của tôi dành cho cô ấy. Tôi kể cho cô nghe một câu chuyện Do Thái cổ, mà tôi tin là một phần của lời bình giải trong kinh Torah[67]. Nó bắt đầu với một câu hỏi, tựa như một công án của Thiền tông. *Hãy tưởng tượng Hữu thể là một đấng toàn trí, toàn tại và toàn năng. Vậy Hữu thể đó thiếu điều gì?* Câu trả lời ư? Chính là *giới hạn*.

Nếu bạn luôn có trong tay tất cả mọi thứ và ở mọi nơi, thì bạn sẽ không có nơi nào để đi và cũng chẳng còn gì để trở thành. Mọi thứ đang có vốn dĩ đang có; và mọi thứ đã có thì cũng đã diễn ra rồi. Và chính vì lý do này mà câu chuyện cứ tiếp tục, rồi Thượng Đế tạo ra loài người. Không có giới hạn, sẽ không có câu chuyện. Không câu chuyện, sẽ không có Hữu thể. Ý tưởng đó đã giúp tôi đối mặt với bản chất mong manh tồi tệ của Hữu thể. Nó cũng giúp ích cho khách hàng của tôi. Tôi không muốn phóng đại tầm quan trọng của điều này. Tôi cũng không muốn tuyên bố rằng mọi thứ rồi sẽ ổn thôi. Cô ấy vẫn phải đối diện với căn bệnh ung thư của chồng mình, cũng như tôi phải đối mặt với căn bệnh khủng khiếp của con gái. Nhưng cũng phải thừa nhận rằng sự tồn tại và những giới hạn có mối liên hệ không thể tách rời.

Bánh xe ba mươi tai họa,

cái bầu giữa trống, nó nhờ nó quay.

Bát kia lấy đất dựng gầy,

nhờ lòng bát rỗng, mới hay đựng đô.

Làm nhà trổ cửa nhỏ, to,

nhờ cửa mở trống,

cái nhà mới quang.

Hữu hình để chở, để mang,

vô hình mới thực chính tang "cái dùng".

Nhận thức về điều này đã xuất hiện trong khoảng thời gian gần đây, trong thế giới văn hóa đương đại, trong suốt quá trình phát triển của một biểu tượng văn hóa thuộc hãng DC Comics: Superman (Siêu Nhân). Siêu Nhân được Jerry Siegel và Joe Shuster sáng tạo vào năm 1938. Ban đầu, anh có thể dịch chuyển xe hơi, tàu hỏa và thậm chí cả những con tàu lớn. Anh ta có thể chạy nhanh hơn cả đầu máy xe lửa. Siêu Nhân có thể "nhảy vọt qua các tòa nhà cao tầng chỉ với một cú nhảy". Tuy nhiên, trong suốt bốn thập kỷ phát triển tiếp theo, sức mạnh của Siêu Nhân bắt đầu được mở rộng. Vào cuối thập niên 1960, anh có thể bay nhanh hơn tốc độ ánh sáng. Anh có siêu thính giác và tầm nhìn X-quang. Đôi mắt của Siêu Nhân có thể phóng ra tia nhiệt. Anh có thể đóng băng đồ vật và tạo ra các cơn bão bằng hơi thở của mình. Anh ta có thể dịch chuyển cả hành tinh. Các vụ nổ hạt nhân không làm anh hề hấn gì. Hay nếu bằng cách nào đó mà anh bị thương, anh có thể chữa lành vết thương ấy ngay lập tức. Siêu Nhân dần trở nên bất khả xâm phạm.

Rồi một điều lạ lùng xảy ra. Anh trở nên nhàm chán. Càng có nhiều

năng lực siêu nhiên, người ta lại càng khó nghĩ ra những chuyện thú vị để anh làm. DC đã vượt qua vấn đề này lần đầu tiên vào thập niên 1940. Siêu Nhân trở nên suy yếu bởi bức xạ do đá kryptonite tạo ra, một tàn tích vật chất từ hành tinh bị tàn phá của anh. Sau cùng, có đến hơn 20 biến thể xuất hiện. Kryptonite Xanh lá làm suy yếu Siêu Nhân. Nó thậm chí có thể giết chết anh nếu đủ liều lượng. Kryptonit Đỏ khiến anh hành xử kỳ quặc. Kryptonite Xanh-Đỏ khiến anh bị đột biến (Siêu Nhân đã từng mọc thêm một con mắt thứ ba ở sau đầu).

Những thủ thuật khác là hết sức cần thiết để giúp câu chuyện về Siêu Nhân vẫn hấp dẫn. Vào năm 1976, anh được dự trù để chiến đấu chống lại spiderman (Người Nhện). Đó là màn siêu anh hùng kết hợp đầu tiên giữa Marvel Comics mới nổi của Stan Lee - với những nhân vật ít lý tưởng hơn - và DC - tác giả của Siêu Nhân và Batman (Người Dơi). Nhưng Marvel phải gia tăng sức mạnh của Người Nhện trong trận đấu để đảm bảo tính hợp lý. Điều đó đã phá vỡ các luật chơi. Người Nhện là Người Nhện vì anh ta có sức mạnh của một con nhện. Nếu bất ngờ được ban cho quyền năng khác, anh ta sẽ không còn là Người Nhện nữa. Và cốt truyện sụp đổ.

Đến thập niên 1980, Siêu Nhân đã gặp khó từ thiết bị đầu cuối *deus ex machina* - tiếng Latin nghĩa là "vị thần từ cỗ máy". Thuật ngữ này mô tả việc giải cứu anh hùng đang bị gặp nguy, xuất phát từ những vở kịch Hy Lạp và La Mã cổ đại, với sự xuất hiện bất ngờ và kỳ diệu của một vị thần toàn năng. Cho đến tận ngày nay, trong những câu chuyện dở tệ, nhân vật gặp rắc rối có thể được cứu thoát; hoặc một âm mưu thất bại được bù lại bằng bởi chút ma thuật vô lý; hoặc những chiêu trò khác không khớp với kỳ vọng của người đọc. Ví dụ, đôi khi Marvel Comics cũng cứu vãn một câu chuyện đang đi xuống theo cách này. Chẳng hạn như Lifeguard, một

nhân vật X-Man (Dị Nhân), là người có thể phát triển bất kỳ năng lực nào cần thiết để cứu mạng người. Rất tiện khi có anh ta ở bên. Các ví dụ tương tự cũng đầy rẫy trong văn hóa đại chúng. Điển hình, ở cuối tác phẩm *The Stand* (tạm dịch: *Đối đầu)* của tác giả Stephen King, chính Thượng Đế đã tiêu diệt tất cả nhân vật tà ác trong cuốn tiểu thuyết. Toàn bộ mùa thứ chín (1985-1986) của bộ phim truyền hình "giờ vàng" *Dallas* sau này được lật mở như một giấc mơ. Người hâm mộ phản đối những điều này và họ làm thế là chính đáng. Họ đã bị lường gạt. Những người đang theo dõi một câu chuyện sẵn sàng tạm gác lại sự hoài nghi, miễn là những hạn chế ấy giúp câu chuyện có thể mạch lạc và nhất quán hơn. Về phần các tác giả, họ đồng ý tiếp tục đi theo những quyết định ban đầu của mình. Khi các tác giả gian lận, người hâm mộ sẽ khó chịu. Họ muốn ném thẳng cuốn sách vào lò sưởi hay vớ lấy một viên gạch mà ném thẳng vào ti-vi.

Và điều đó đã trở thành vấn đề của Siêu Nhân: Anh phát triển năng lực cực hạn đến mức có thể "thần thánh hóa" trong bất cứ chuyện gì, bất cứ lúc nào. Kết quả là vào thập niên 1980, thương hiệu nhượng quyền này đã hấp hối. Họa sĩ kiêm tác giả John Byrne đã thành công trong việc làm mới lại Siêu Nhân, bằng cách giữ nguyên tiểu sử nhưng lại tước đi rất nhiều quyền năng mới của anh. Anh không còn có thể nâng cả một hành tinh hay coi khinh một quả bom nhiệt hạch nữa. Anh cũng bị phụ thuộc sức mạnh vào ánh sáng mặt trời, như một phiên bản trái ngược của ma cà rồng. Anh cũng có thêm một số hạn chế hợp lý. Một siêu anh hùng có thể làm bất cứ điều gì sẽ không còn là anh hùng nữa. Anh ta chẳng có gì đặc biệt, nên cũng chẳng là gì cả. Anh ta không có gì để nỗ lực chống lại, nên cũng không còn đáng ngưỡng mộ. *Bất kỳ điều hợp lý nào cũng dường như cần*

giới hạn. Có lẽ vì Hữu thể cũng cần được Trở thành, cũng như một sự tồn tại tĩnh đơn thuần - và trở thành nghĩa là trở thành thứ gì đó tốt hơn, hoặc chí ít cũng khác đi. Và đó là điều khả thi duy nhất của một thứ bị giới hạn.

Công bằng thôi!

Còn những đau khổ do các giới hạn ấy mang lại thì sao? Có lẽ những giới hạn cần có của Hữu thể là quá cực đoan, đến mức toàn bộ công trình nên bị loại bỏ. Dostoevsky thể hiện quan điểm này rất rõ bằng tiếng nói của nhân vật chính trong tập *Bút ký dưới hầm:* "Thế đấy, ta có thể nói bất cứ điều gì về lịch sử thế giới - nghĩa là bất cứ điều gì cũng như mọi thứ mà một kẻ có trí tưởng tượng bệnh hoạn nhất có thể nghĩ đến. Điều duy nhất mà ta không thể nói được là nó hợp lẽ. Vừa cất tiếng là từ đó tắc ngay trong cổ họng." Quỷ Mephistopheles (ác quỷ trong tác phẩm *Faust)* của Goethe là kẻ thù của Hữu thể, đã thay Goethe dứt khoát tuyên bố chống lại tạo vật của Thượng Đế trong *Faust,* như ta đã thấy. Nhiều năm sau, Goethe viết tiếp *Faust - Phần II*. Ông đã cho Ác quỷ nhắc lại tôn chỉ của nó theo hình thức khác với phần I đôi chút, chỉ để củng cố quan điểm ấy:

> *Mọi thứ qua đi như Rỗng tuếch, quá khứ với hư vô hợp làm một!*
> *Điều gì quan trọng với nỗi khổ công sáng tạo vô tận của ta*
> *Khi, bất chợt, sự lãng quên chấm dứt mọi khúc mắc?*
> *"Nó là chuyện cũ" - Câu đố nên được hiểu thế nào đây?*
> *Thật tốt nếu mọi thứ chưa từng bắt đầu,*
> *Song, cốt lõi mọi sự, là tồn tại để sở hữu:*
> *Ta thà có sự Trống rỗng Vĩnh cửu còn hơn.*

Bất kỳ ai cũng hiểu được những lời này khi một giấc mơ sụp đổ, hôn

nhân tan vỡ hoặc một thành viên trong gia đình bị quật ngã vì một căn bệnh nghiêm trọng. Sao thực tại lại được kiến tạo đến mức không chịu đựng nổi như thế? Sao có thể như thế cơ chứ?

Có lẽ, như các thanh niên trong vụ việc Columbine đã nói (xem lại Quy luật 6), mọi thứ sẽ tốt đẹp hơn nếu chẳng có gì. Thậm chí, có lẽ sẽ tốt hơn nếu Hữu thể không hề tồn tại. Nhưng những ai đồng tình với kết luận đầu tiên đều đang đùa giỡn với ham muốn tự sát. Còn những người đồng tình với kết luận sau thì cũng đồng tình với điều gì đó khủng khiếp hơn, một thứ gì đó thực sự tàn ác. Họ luôn nung nấu ý nghĩ hủy diệt tất cả mọi thứ. Họ đang đùa giỡn với tội diệt chủng - và còn tệ hơn thế. Ngay cả những vùng tối nhất vẫn có các ngõ ngách tối tăm hơn. Và điều thực sự kinh khiếp là những kết luận ấy đều dễ hiểu được, thậm chí là không thể tránh khỏi - tuy hành động thì vẫn có thể tránh. Ví dụ, một người biết suy nghĩ sẽ nghĩ gì khi đối diện với một đứa trẻ đang đau khổ? Phải chăng chính những người biết suy nghĩ, giàu lòng trắc ẩn mới để những suy nghĩ ấy xâm chiếm tâm trí mình? Làm thế nào một Thượng Đế tốt lành lại cho phép một thế giới như thế tồn tại?

Chúng có thể logic. Chúng có thể dễ hiểu. Nhưng người ta lại nắm bắt những kết luận như thế một cách tệ hại. Hành động được thực hiện nhằm ăn khớp với chúng (nếu không phải là chính suy nghĩ) chắc chắn sẽ khiến cho tình huống đã xấu càng thêm tồi tệ. Chán ghét cuộc sống, xem thường cuộc sống - ngay cả với nỗi đau có thực mà cuộc sống gây ra - chỉ khiến cuộc sống thêm tồi tệ, tồi tệ đến mức không chịu nổi. Không có sự phản đối đúng nghĩa nào ở đó. Không có điều gì tốt lành ở đó, mà chỉ có khao khát sinh ra đau khổ, vì chính nỗi đau ấy mà thôi. Đó là bản chất của cái ác. Những người có lối suy nghĩ này là người vừa bước một chân ra khỏi

sự hỗn loạn toàn diện. Đôi khi họ chỉ thiếu công cụ mà thôi.

Nhưng liệu có phương án thay thế chặt chẽ nào cho những nỗi kinh hoàng hiển nhiên của sự tồn tại? Liệu Hữu thể - với những con muỗi gây bệnh sốt rét, trẻ con phải đi lính và những căn bệnh thoái hóa thần kinh - có thực sự đáng để ta bênh vực? Tôi không chắc mình có thể đưa ra một câu trả lời phù hợp cho câu hỏi như thế vào thế kỷ XIX, trước khi những nỗi kinh hoàng của chế độ chuyên chế ở thế kỷ XX đày đọa khổ sở hàng triệu người. Tôi không chắc liệu ta có thể hiểu được vì sao những nỗi hoài nghi như thế là không thể chấp nhận được về mặt đạo đức, nếu không có sự thật về nạn Diệt chủng Do Thái, những cuộc thanh lọc của chủ nghĩa Stalin và bước Đại Nhảy vọt của Mao Trạch Đông. Và tôi cũng không nghĩ ta có thể trả lời câu hỏi này bằng cách *suy nghĩ*. Suy nghĩ chắc chắn sẽ kéo ta xuống vực thẳm. Nó đã không hiệu nghiệm với Tolstoy. Nó thậm chí cũng không hiệu nghiệm với Nietzsche, người được cho là đã suy nghĩ rõ ràng về điều đó hơn bất cứ ai trong lịch sử. Nhưng nếu ta không thể trông cậy vào suy nghĩ ở tình huống khó khăn nhất, thì ta còn lại gì đây? Xét cho cùng, suy nghĩ là thành tựu cao nhất của con người, phải thế không?

Có lẽ là không.

Có điều gì đó thay thế được cho suy nghĩ, bất chấp sức mạnh tuyệt vời đích thực của nó. Khi sự tồn tại tự hiển lộ như một điều gì đó không thể tha thứ được, thì suy nghĩ sẽ tự sụp đổ. Trong những tình huống như thế - từ thẳm sâu bên trong - chính sự *nhận biết,* chứ không phải suy nghĩ, mới mang lại kết quả. Có lẽ bạn nên bắt đầu bằng lưu ý đến điều này: Khi đem lòng yêu một ai đó, *bạn sẽ bất chấp những hạn chế của họ. Bạn yêu họ chính vì những hạn chế của họ*. Tất nhiên, điều này khá phức tạp. Bạn không cần yêu lấy mọi thiếu sót ở đối phương, mà chỉ đơn thuần chấp

nhận mà thôi. Bạn không nên ngừng cố gắng khiến cho cuộc sống tốt đẹp hơn, hoặc cứ mặc kệ mọi đau khổ. Nhưng dường như có những giới hạn trên con đường phát triển phía trước mà chúng ta có thể không muốn đi, vì sợ phải hy sinh nhân tính của mình. Tất nhiên, ta có thể buông một câu: "Hữu thể cũng cần có mặt hạn chế", rồi sống một cuộc đời vui vẻ, khi mặt trời vẫn tỏa nắng, khi cha ta khỏi hẳn bệnh Alzheimer, khi con cái ta luôn khỏe mạnh và cuộc hôn nhân của ta ngập tràn hạnh phúc. Nhưng nếu mọi chuyện không như ý muốn thì sao?

SỰ RẠN NỨT VÀ NỖI ĐAU

Mikhaila đã thức trắng nhiều đêm liền mỗi khi cơn đau kéo đến. Khi ông của con bé đến thăm, ông đã cho nó vài viên Tylenol 3 có chứa chất giảm đau codeine. Sau đó con bé mới ngủ được. Nhưng chẳng được bao lâu. Bác sĩ chuyên khoa thấp khớp của chúng tôi, người có công làm thuyên giảm bệnh tình của Mikhaila, đã chạm đến giới hạn của lòng can đảm nơi cô khi đối mặt với cơn đau của con bé. Cô ấy đã từng kê thuốc giảm đau có cho một cô gái trẻ, rồi khiến cô này đâm nghiện. Vị bác sĩ ấy đã thề sẽ không bao giờ lặp lại việc đó. Cô ấy hỏi: "Cháu đã dùng thử thuốc giảm đau ibuprofen chưa?" Mikhaila nhận ra rằng bác sĩ không phải là người biết hết mọi thứ. Ibuprofen đối với con bé chỉ như một mẩu bánh mì bé tí dành cho một kẻ sắp chết đói.

Chúng tôi trò chuyện với một vị bác sĩ mới. Ông ấy chăm chú lắng nghe. Rồi ông bắt đầu giúp Mikhaila. Đầu tiên, ông kê cho con bé thuốc T3, cùng loại thuốc mà ông con bé đã chia sẻ chút ít. Thật dũng cảm. Các bác sĩ phải đối mặt với rất nhiều áp lực để không phải kê những loại thuốc giảm đau gây nghiện - chí ít là cho trẻ em. Nhưng chúng đã *hiệu quả*.

Nhưng chẳng bao lâu, chỉ Tylenol thôi thì không đủ. Con bé bắt đầu dùng Oxycontin, một loại thuốc giảm đau mang tiếng xấu là heroin dạng nhẹ. Nó kiểm soát được cơn đau của con bé, nhưng lại gây ra những vấn đề khác. Tammy dẫn Mikhaila ra ngoài dùng bữa trưa, sau một tuần dùng thuốc. Có lẽ con bé đã bị say. Con bé bắt đầu nói lắp. Đầu con bé gà gật. Không ổn chút nào.

Chị dâu của tôi là một y tá chuyên chăm sóc giảm đau. Chị ấy nghĩ rằng chúng tôi có thể dùng thêm Ritalin, một loại thuốc kích thích thường được dùng cho trẻ em hiếu động, cùng với Oxycontin. Thuốc Ritalin đã giúp Mikhaila lấy lại sự tỉnh táo và còn có một số tác dụng kiềm chế cơn đau (rất tốt nếu bạn từng đối mặt với cơn đau khó chữa của ai đó). Nhưng cơn đau của con bé ngày càng trầm trọng hơn. Nó bắt đầu suy sụp. Khi hông của con bé một lần nữa cứng lại, lần này là trong tàu điện ngầm vào một ngày mà chiếc thang cuốn không hoạt động. Bạn trai của con bé phải bế nó lên cầu thang. Con bé bắt taxi về nhà. Tàu điện ngầm đã không còn là phương tiện giao thông đáng tin cậy với con bé nữa. Đến tháng Ba, chúng tôi mua cho Mikhaila một chiếc xe máy 50 phân khối. Thật nguy hiểm nếu để con bé lái nó. Nhưng để nó mất đi tất cả tự do cũng nguy hiểm không kém. Chúng tôi đã chọn mối nguy hiểm thứ nhất. Con bé đã đỗ bài kiểm tra dành cho người học lái xe, thế là nó được lái thử xe cả ngày. Sau đó, con bé được cho thêm vài tháng để tiến bộ hơn, cho đến khi nhận bằng lái vĩnh viễn.

Vào tháng Năm, hông của con bé đã được thay. Bác sĩ phẫu thuật thậm chí có thể điều chỉnh lại độ chênh chừng nửa phân bẩm sinh giữa hai chân của con bé. Và xương cũng đã không bị "chết". Nó chỉ là một cái bóng nhỏ trên ảnh chụp X-quang. Dì và bà đến thăm con bé. Chúng tôi đã có vài

ngày dễ chịu hơn. Nhưng ngay sau phẫu thuật, Mikhaila liền được đưa vào trung tâm phục hồi chức năng dành cho người lớn. Con bé là bệnh nhân trẻ nhất ở đó trong khoảng 60 năm trở lại đây. Người bạn cùng phòng lớn tuổi của con bé rất dễ bị kích động và không chịu tắt đèn ngay cả vào ban đêm. Bà lão ấy không thể tự đi đến nhà vệ sinh, mà phải sử dụng một cái bô. Bà ấy không thể chịu được việc cửa phòng bị đóng. Nhưng phòng này lại nằm ngay cạnh phòng y tá, nơi luôn có tiếng chuông báo động réo liên tục và tiếng người nói chuyện ồn ào. Con bé chẳng thể ngủ ở đó, trong khi nó rất cần ngủ. Không ai được phép đến thăm sau 7 giờ tối. Vị bác sĩ trị liệu - lý do khiến con bé được xếp ở phòng ấy - lại đang nghỉ phép. Người duy nhất giúp con bé là bác lao công, đã tình nguyện đưa con bé đến khu nhiều giường khi con bé báo với y tá trực rằng nó không thể ngủ ở đó được. Chính cô y tá này đã bật cười khi biết căn phòng mà Mikhaila được chỉ định lưu lại.

Lẽ ra con bé phải ở đó trong vòng sáu tuần, nhưng rồi chỉ mất ba ngày. Khi bác sĩ trị liệu trở về sau kỳ nghỉ, Mikhaila đã leo được lên cầu thang của trung tâm phục hồi và lập tức thực hiện thành thạo các bài tập tăng cường. Trong khi con bé đang tập luyện, chúng tôi đã trang bị các tay vịn cần thiết trong nhà. Sau đó, chúng tôi đưa con bé về nhà. Con bé đã chịu đựng tốt mọi cơn đau và phẫu thuật. Còn cái trung tâm phục hồi chức năng kinh hoàng ấy ư? Nó chỉ tạo ra thêm các triệu chứng căng thẳng hậu chấn thương mà thôi.

Mikhaila đã đăng ký khóa học lái xe mô-tô chính thức vào tháng Sáu, để có thể tiếp tục lái chiếc xe máy của mình một cách hợp pháp. Tất cả chúng tôi đều lo sợ trước sự tất yếu này. Nếu nó chẳng may bị ngã thì sao? Nếu nó gặp tai nạn thì sao? Ngày đầu tiên, Mikhaila đã luyện tập trên

một chiếc mô-tô thật sự. Chiếc xe khá nặng. Con bé đã làm ngã nó vài lần. Con bé trông thấy một người mới tập lái khác ngã nhào và lăn tròn ngang bãi đỗ xe nơi khóa học diễn ra. Vào buổi sáng ngày thứ hai của khóa học, con bé sợ phải quay lại. Nó không muốn rời khỏi giường. Chúng tôi trò chuyện một lúc lâu và cùng quyết định rằng chí ít con bé nên cùng Tammy lái xe quay lại địa điểm huấn luyện. Nếu con bé không xoay xở được, nó có thể ngồi trong xe đến khi buổi học kết thúc. Trên đường đi, sự can đảm của con bé đã quay lại. Khi con bé cầm trên tay tấm bằng lái, mọi người có mặt đã đứng cả dậy và vỗ tay chúc mừng.

Sau đó, mắt cá chân phải của con bé bị phân hủy. Các bác sĩ muốn nối những chiếc xương lớn bị ảnh hưởng làm một. Nhưng cách này sẽ gây ảnh hưởng đến những xương khác nhỏ hơn trên chân con bé - giờ chúng phải chịu thêm áp lực - khiến nó cũng hỏng theo. Có lẽ đó không phải là điều không thể chịu nổi khi ta 80 tuổi (tuy rằng lúc ấy ta chẳng thể đi dã ngoại nữa). Nhưng đó không phải giải pháp khi bạn còn đang tuổi thiếu niên. Chúng tôi cương quyết đòi thay chân nhân tạo, mặc dù kỹ thuật này vẫn còn mới mẻ. Có cả một danh sách kéo dài tận ba năm của những người đang chờ đợi. Đơn giản là chúng tôi không làm chủ được chuyện ấy. Mắt cá chân bị hủy hoại khiến con bé còn đau hơn cái hông yếu ớt trước đây. Một đêm nọ, con bé tỏ vẻ không bình thường và hành xử vô lý. Tôi không thể trấn an nó. Tôi biết con bé đã chạm đến ngưỡng chịu đựng của mình. Nếu chỉ gọi đó là căng thẳng thì thà đừng nói gì cả còn hơn.

Sau đó, chúng tôi đã bỏ ra hàng tuần, hàng tháng trời tuyệt vọng tìm kiếm mọi thiết bị thay thế khác, cố gắng đánh giá khả năng phù hợp của chúng. Chúng tôi tìm khắp nơi một cuộc phẫu thuật nhanh hơn: Ấn Độ, Trung Quốc, Tây Ban Nha, Anh, Costa Rica và Florida. Chúng tôi liên hệ

với Sở Y tế Tỉnh Ontario. Họ rất nhiệt tình giúp đỡ. Họ sắp xếp một chuyên gia phụ trách cả nước tại Vancouver. Mắt cá chân của Mikhaila được thay thế vào tháng Mười một. Sau phẫu thuật, con bé đã phải chịu đau đớn tột cùng. Bàn chân con bé bị đặt sai vị trí. Cái khuôn đã ép da lại với xương. Phòng khám không chịu cung cấp đủ Oxycontin để giúp nó kiểm soát cơn đau. Con bé đã tạo dựng cho mình khả năng chịu đựng cao nhờ những lần sử dụng trước đó.

Khi con bé trở về nhà nhờ đã ít đau đớn hơn, Mikhaila bắt đầu giảm lượng thuốc giảm đau. Con bé ghét Oxycontin, bất chấp công dụng hiển nhiên của nó. Con bé bảo nó khiến cuộc sống con bé trở nên u ám. Có lẽ đây là điều tốt trong nhiều hoàn cảnh. Con bé đã ngưng sử dụng nó sớm nhất có thể. Con bé đã phải trải qua hàng tháng trời cai thuốc, với mồ hôi ướt đẫm và cảm giác tê rần trên da mỗi đêm (như thể có một đàn kiến đang bò lên bò xuống da nó). Con bé chẳng thể cảm nhận niềm vui nữa. Đó là một tác dụng khác của quá trình cai thuốc giảm đau.

Trong suốt khoảng thời gian này, chúng tôi như bị đày đọa. Những đòi hỏi của cuộc sống thường ngày không ngưng lại chỉ vì bạn bị tai ương nhấn chìm. Bạn vẫn phải làm những việc mình luôn làm. Thế bạn phải xoay xở ra sao? Sau đây là vài điều mà chúng tôi đã học được:

Hãy dành ra chút thời gian để trò chuyện và suy nghĩ về bệnh tình hay những khủng hoảng khác, cũng như làm sao kiểm soát chúng mỗi ngày. Nếu không thì *đừng* nói hay nghĩ gì về nó cả. Nếu bạn không giới hạn tác động của nó, bạn sẽ kiệt sức và mọi thứ chẳng đi đến đâu cả. Làm thế chẳng ích lợi gì. Hãy bảo toàn sức mạnh. Bạn đang trong một cuộc chiến, chứ không phải một trận chiến, và cuộc chiến thì bao gồm nhiều trận chiến khác nhau. Bạn phải đảm bảo mình luôn mẫn tiệp để vượt qua tất cả.

Khi những lo lắng liên quan đến cuộc khủng hoảng phát sinh tại những thời điểm khác, hãy tự nhủ rằng bạn sẽ suy nghĩ thấu đáo về chúng trong một khoảng thời gian đã dự trù. Điều này thường hiệu quả. Các phần não gây ra cảm giác lo lắng thường quan tâm hơn đến thực tế là phải có một kế hoạch, thay vì những chi tiết của kế hoạch ấy. Đừng sắp xếp thời gian suy nghĩ vào buổi chiều hoặc buổi đêm. Nếu thế, bạn sẽ không thể ngủ được. Và nếu bạn không ngủ được, tất cả mọi thứ sẽ nhanh chóng xuống dốc.

Thay đổi đơn vị thời gian mà bạn sử dụng để đóng khung cuộc sống. Khi mặt trời còn tỏa nắng và mọi thứ đều tốt đẹp, khi hoa lá đâm chồi nảy lộc, bạn có thể lập kế hoạch cho tháng tới, năm tới hay thậm chí năm năm tới. Thậm chí bạn có thể mơ về cả thập kỷ phía trước. Nhưng bạn không thể làm điều đó khi vẫn còn vướng bận ở hiện tại. "Vậy, chớ lo lắng chi về ngày mai; vì ngày mai sẽ lo về việc ngày mai. Sự khó nhọc ngày nào đủ cho ngày ấy" - Ma-thi-ơ 6:34. Nó thường được diễn giải là "sống cho hiện tại, đừng bận tâm đến ngày mai". Nhưng câu này không có nghĩa như thế. Lời huấn thị ấy phải được diễn giải trong bối cảnh "Bài giảng trên núi", mà nó là một phần không thể thiếu. Bài giảng ấy đã đúc kết mười câu "Thou-shalt-not - Ngươi không được" trong Mười Điều răn Moses thành một chỉ thị "Thou-shalt - Ngươi phải" duy nhất. Chúa Giê-su ra lệnh cho những người theo Người phải đặt đức tin vào Vương quốc Thiên Đường của Thượng Đế, cũng như tin vào chân lý. Đó là một quyết định sáng suốt để tin vào bản chất tốt đẹp cốt yếu của Hữu thể. Đó là một hành động dũng cảm. Hãy đặt mục tiêu cao, giống như người cha Geppetto của Pinocchio. Hãy ngắm một vì sao và ước nguyện, rồi hành động thích đáng theo mục tiêu ấy. Một khi đã gắn kết với thiên đường, bạn có thể tập trung

cả ngày. Hãy cẩn thận. Hãy sắp xếp những điều bạn có thể kiểm soát sao cho đúng trật tự. Hãy chỉnh đốn lại những gì còn hỗn loạn và khiến cho những điều vốn đã tốt càng tốt đẹp hơn. Bạn có thể xoay xở được nếu cẩn trọng. Ai cũng cừ khôi cả. Ai cũng có thể sống sót qua rất nhiều đau khổ và mất mát. Nhưng để kiên trì như thế, họ phải thấy được cái thiện trong Hữu thể. Nếu mất đi điều đó, họ sẽ hoàn toàn lạc lối.

LẠI LÀ CHÓ - NHƯNG SAU CÙNG SẼ ĐẾN MÈO

Chó cũng giống như người. Chúng là bạn tốt và đồng minh của con người. Chúng mang tính xã hội, có sự phân cấp và được thuần hóa. Chúng vẫn luôn vui vẻ dù ở vị trí thấp nhất trong gia đình. Chúng đáp lại sự quan tâm mà chúng nhận được bằng lòng trung thành, sự ngưỡng mộ và tình yêu thương của mình. Chó thật tuyệt vời.

Nhưng mèo cũng có những đặc điểm riêng ở giống loài của chúng. Chúng không mang tính xã hội hay phân chia cấp bậc (ngoại trừ được chuyển giao). Chúng chỉ được thuần hóa một nửa. Chúng không làm trò vui. Chúng thân thiện theo cách riêng của mình. Loài chó dễ bảo, nhưng loài mèo có thể tự ra quyết định. Mèo có vẻ chỉ sẵn lòng tiếp xúc với loài người vì những lý do khác thường của riêng chúng. Đối với tôi, mèo là hiện thân của tự nhiên, của Hữu thể trong hình hài thuần túy nhất. Hơn nữa, chúng là dạng Hữu thể biết quan sát và chấp nhận con người.

Khi bạn bắt gặp một chú mèo trên đường, nhiều tình huống có thể xảy ra. Chẳng hạn, nếu tôi nhìn thấy một chú mèo từ xa, phần nghịch ngợm trong tôi muốn làm nó giật mình bằng một tiếng khì thật lớn - âm thanh tạo ra bằng cách đưa hàm trên cắn lên môi dưới. Điều này sẽ khiến chú mèo hoảng sợ xù hết cả lông lên và nép sang một bên, thế nên trông nó to lớn

hơn. Lẽ ra tôi không nên cười cợt những chú mèo như thế, nhưng không tài nào kìm được. Thực ra, hành động giật mình là một trong những điểm tốt nhất ở chúng (kèm theo đó là biểu hiện bất mãn và xấu hổ ngay lập tức về phản ứng thái quá của bản thân). Nhưng nếu kiểm soát hành vi của mình đúng đắn, tôi sẽ ngồi xổm xuống và gọi chú mèo lại gần để âu yếm nó. Đôi khi nó sẽ bỏ chạy. Đôi khi nó sẽ hoàn toàn phớt lờ tôi, bởi nó là một con mèo. Nhưng có lúc, chú mèo sẽ tiến về phía tôi, dụi cái đầu tròn xinh xắn lên bàn tay tôi đang chờ sẵn và tỏ vẻ thích thú. Đôi lúc, nó còn lăn mình qua lại và uốn cong lưng trên nền bê-tông bẩn (tuy những chú mèo tạo tư thế ấy thường sẽ ngoạm và cào ngay cả một bàn tay thân thiện chìa ra).

Đối diện con đường nơi tôi sống có cô mèo tên là Gừng. Gừng là một cô mèo Xiêm xinh xắn, điềm đạm và ung dung. Cô mèo có thứ hạng thấp trong thang chấm điểm tính cách về loạn thần kinh, tức chỉ số thể hiện nỗi lo lắng, sợ hãi và đau đớn cảm xúc. Gừng không bận tâm trước lũ chó. Chú chó Sikko nhà tôi là bạn của cô mèo này. Thỉnh thoảng, khi bạn gọi Gừng - hay có lúc cô mèo tự nguyện - Gừng sẽ lon ton băng qua đường, đuôi dựng cao và cong lại đôi chút ở cuối. Sau đó, cô mèo sẽ cuộn tròn lưng trước mặt Sikko và chú chó sẽ vẫy đuôi vui mừng. Sau đó, nếu cô mèo cảm thấy thích thú, nó sẽ ghé thăm nhà bạn trong chốc lát. Một sự bất chợt đáng mến. Hệt như thêm chút nắng nhẹ điểm tô vào một ngày đẹp trời, hay chút nghỉ ngơi cho một ngày âm u.

Nếu bạn chú ý kỹ, thì ngay cả trong một ngày không vui, bạn vẫn đủ may mắn để bắt gặp những cơ hội nhỏ như thế. Có thể bạn sẽ thấy một cô bé đang nhảy múa trên đường trong bộ trang phục ba-lê. Có thể bạn sẽ có một cốc cà phê ngon trong một quán cà phê phục vụ khách tận tình. Có thể

bạn sẽ bỏ ra 10 hoặc 20 phút làm trò ngớ ngẩn nào đó khiến bạn thư giãn, hoặc nhắc bạn nhớ rằng mình vẫn có thể cười vào cảnh lố bịch của sự tồn tại. Riêng tôi, tôi thích xem phim *Gia đình Simpson ở* tốc độ nhanh hơn bình thường 1 lần rưỡi. Tôi sẽ cười ngặt nghẽo suốt 2/3 thời gian xem phim.

Và có thể khi bạn đang đi dạo và đầu óc đang quay cuồng, thì lại có một chú mèo xuất hiện; và nếu chú ý đến nó, bạn sẽ nhận được một lời nhắc nhở rằng chỉ cần 15 giây, sự kỳ diệu của Hữu thể cũng có thể bù đắp cho những đau khổ tất yếu gắn liền với nó.

Hãy yêu quý mọi người bất chấp những khiếm khuyết ở họ, và yêu cả một chú mèo nữa.

Tái bút: Ngay sau khi tôi viết chương này, bác sĩ phẫu thuật của Mikhaila đã bảo rằng sẽ phải bỏ mắt cá giả của con bé đi, vì mắt cá của con bé đã liền lại. Họ đã lên lịch phẫu thuật cắt bỏ. Con bé đã chịu đau đớn trong tám năm trời kể từ ca phẫu thuật thay thế và khả năng di chuyển vẫn bị suy giảm đáng kể, dù tình trạng đã tốt hơn nhiều so với lúc trước. Bốn ngày sau, con bé tình cờ gặp một nhà vật lý trị liệu mới. Ông ấy là một người cao lớn, mạnh mẽ và tận tâm. Ông chuyên điều trị mắt cá chân tại London thuộc Anh. Ông đặt hai tay quanh mắt cá chân của con bé và ấn vào trong 40 giây, trong khi Mikhaila di chuyển chân tới lui. Một chiếc xương nằm sai chỗ đã trượt về đúng vị trí. Và cơn đau biến mất. Con bé tuy chưa bao giờ khóc trước mặt một y bác sĩ nào, nhưng lần này nó đã òa lên nức nở. Đầu gối con bé đã duỗi thẳng ra. Giờ đây, con bé có thể đi bộ qua quãng đường dài và dạo chơi trên chính đôi chân mình. Phần cơ bắp chân bị tổn thương đang phát triển trở lại. Con bé đã mềm dẻo hơn nhiều so với khi còn dùng khớp giả. Năm nay, nó đã kết hôn và hạ sinh một bé

gái tên là Elizabeth, đặt theo tên người mẹ vợ đã quá cố của tôi.

Mọi thứ đều tốt đẹp. Cho đến lúc này.

ĐOẠN KẾT

MÌNH SẼ LÀM GÌ VỚI CHIẾC BÚT ÁNH SÁNG MỚI TINH NÀY ĐÂY?

Cuối năm 2016, tôi đến miền Bắc California để gặp một người bạn kiêm cộng sự kinh doanh. Chúng tôi đã dành cả buổi tối để cùng nhau suy nghĩ và trò chuyện. Thế rồi, người bạn tôi lấy ra từ áo khoác ra một chiếc bút và ghi chú vài điều. Chiếc bút được trang bị đèn LED với chùm tia sáng phía trên đầu để việc viết lách trong bóng tối được dễ dàng hơn. "Chỉ là một món đồ tiện ích mà thôi", tôi thầm nghĩ. Nhưng sau đó, một luồng suy nghĩ đầy ẩn ý nảy sinh, khiến tôi sững sờ khá lâu trước ý tưởng về một chiếc bút ánh sáng. Có điều gì đó biểu trưng và siêu hình ở nó. Xét cho cùng, đa phần chúng ta luôn ở trong bóng tối. Chúng ta có thể sử dụng thứ gì đó được viết với ánh sáng để dẫn lối cho mình trên suốt hành trình. Trong lúc ngồi và trò chuyện, tôi ngỏ ý muốn dành chút thời gian viết lách và hỏi liệu bạn tôi có thể tặng tôi chiếc bút ấy như một món quà không. Tôi đã vui mừng khôn xiết khi anh ấy trao nó cho tôi. Giờ tôi có thể viết những lời được soi tỏ trong bóng tối! Tất nhiên, quan trọng là tôi phải sử dụng nó đúng đắn. Thế nên, tôi đã dặn lòng với tất cả sự nghiêm túc: "Mình sẽ làm gì với chiếc bút ánh sáng mới tinh này đây?" Có hai câu trong Tân Ước liên quan đến việc này khiến tôi suy ngẫm rất nhiều:

> *Hãy xin rồi sẽ được; hãy tìm rồi sẽ gặp; hãy gõ rồi cửa sẽ mở. Bởi vì, hễ ai xin thì được; ai tìm thì gặp; ai gõ cửa thì được mở cho. (Ma-thi-ơ 7:7-7:8)*

Thoạt trông, đây không là gì ngoài một câu thánh kinh về phép màu nhiệm của lời cầu nguyện, với ý cầu xin sự ban ơn từ Thượng Đế. Nhưng Thượng Đế, dù là bất cứ điều gì hay bất cứ ai mà Ngài hóa thân chăng nữa, không chỉ đơn thuần là Đấng ban phát nguyện ước. Khi Chúa Giê-su bị Quỷ dữ cám dỗ trong sa mạc - như chúng ta đã biết trong Quy luật 7 (Theo đuổi những điều ý nghĩa [chứ không phải có lợi]) - ngay chính Chúa Giê-su cũng không muốn cầu xin ân huệ từ chính Cha Người; không những thế, khi từng ngày trôi qua, lời khẩn cầu của những con người tuyệt vọng vẫn không được hồi đáp. Nhưng có lẽ là vì những câu hỏi mà họ bao hàm không được diễn đạt đúng cách. Có lẽ việc yêu cầu Thượng Đế phá vỡ các định luật vật lý mỗi khi chúng ta ngã xuống vệ đường hoặc phạm phải một lỗi lầm nghiêm trọng là không thỏa đáng. Có lẽ trong những trường hợp ấy, bạn không thể cầm đèn chạy trước ô tô và đơn giản cầu cho vấn đề của mình được giải quyết một màu nhiệm. Thay vì thế, có lẽ bạn nên hỏi bản thân mình phải làm gì ngay lúc này để gia tăng quyết tâm, củng cố tinh thần và tìm kiếm sức mạnh để đi tiếp. Và có lẽ thay vì thế, bạn có thể xin Ngài cho mình nhìn ra chân lý.

Trong cuộc hôn nhân gần 30 năm của chúng tôi, đã nhiều lần tôi và vợ gặp bất đồng - đôi khi là bất đồng sâu sắc. Sự đồng lòng giữa chúng tôi dường như đổ vỡ ở mức độ nào đó ghê gớm không tưởng và chúng tôi không thể dễ dàng giải quyết sự đổ vỡ ấy chỉ bằng lời nói. Thay vì thế, chúng tôi bị mắc kẹt trong một cuộc cãi vã đầy kích động, giận dữ và lo lắng. Chúng tôi đã thỏa thuận rằng khi những trường hợp như thế phát sinh, chúng tôi nên tách nhau ra, đơn giản là cô ấy ở một phòng còn tôi ở phòng khác. Điều này thường khá khó khăn, vì thật khó để tách nhau ra giữa tranh cãi hăng máu, khi cơn giận làm nảy sinh ham muốn đánh bại và

chiến thắng đối phương. Nhưng dù sao như thế vẫn có vẻ tốt hơn là mạo hiểm với những hậu quả của cuộc cãi vã đang có nguy cơ tuột khỏi tầm kiểm soát.

Lúc ở một mình và cố bình tâm lại, chúng tôi đều tự vấn mình cùng một câu hỏi: *Mỗi người chúng ta đã làm gì để góp phần dẫn đến tình huống tranh cãi hôm nay? Dù việc ấy nhỏ hay xa xôi như thế nào… thì mỗi người cũng đều mắc lỗi*. Sau đó, chúng tôi sẽ cùng họp lại và chia sẻ kết quả tự vấn: *Này, anh/em biết mình đã sai ở chỗ này…*

Vấn đề của việc tự vấn bản thân một câu hỏi như thế nghĩa là bạn phải thật sự muốn biết câu trả lời. Và vấn đề của việc này là *bạn sẽ không thích câu trả lời ấy*. Khi đang cãi nhau với ai đó, bạn sẽ muốn mình đúng và muốn đối phương phải sai. Thêm nữa, sẽ thỏa mãn hơn nhiều khi sau đó, đối phương phải hy sinh thứ gì đó và thay đổi chứ không phải bạn. Nếu bạn sai và phải thay đổi, thì bạn cần phải suy xét lại bản thân - những ký ức của bạn trong quá khứ, lối xử sự ở hiện tại và những dự định của bạn trong tương lai. Sau đó, bạn phải quyết tâm cải thiện, tìm ra cách thực hiện điều đó. Rồi bạn phải thực sự thực hiện nó. Thật mệt mỏi làm sao. Bạn sẽ phải thực hành nhiều lần để diễn giải được các nhận thức mới và biến hành động mới thành thói quen. Sẽ dễ dàng hơn nhiều nếu bạn không chịu nhận ra, thừa nhận và dốc sức. Sẽ dễ dàng hơn nhiều nếu bạn ngó lơ sự thật và vẫn cố tình mù quáng.

Nhưng điểm mấu chốt là bạn phải quyết định xem mình muốn là người đúng hay muốn được yên bình. Bạn phải quyết định xem liệu có nên khăng khăng bảo vệ sự đúng đắn tuyệt đối trong quan điểm của mình, hay sẽ lắng nghe và thương lượng. Bạn sẽ không giữ được hòa khí nếu là người đúng. Bạn chỉ cần được đúng, trong khi bạn đời của bạn phải sai -

nghĩa là bị đánh bại và là người sai. Nếu bạn làm điều đó 10 nghìn lần, thì cuộc hôn nhân của bạn sẽ chấm dứt (hoặc bạn sẽ ước như thế). Để chọn phương án thay thế - tìm kiếm sự yên bình - bạn phải quyết định rằng mình muốn câu trả lời hơn là muốn mình đúng. Đó là cách giúp bạn thoát khỏi nhà tù của những định kiến ngoan cố. Đó là điều kiện tiên quyết để đàm phán. Điều này hoàn toàn tuân theo nguyên tắc của Quy luật 2 (Đối xử với bản thân như thể đó là người mà bạn có trách nhiệm giúp đỡ).

Hai vợ chồng tôi đã nhận ra rằng nếu bạn tự hỏi mình câu hỏi trên và thực tình mong muốn câu trả lời (bất kể nó đáng hổ thẹn, tệ hại và xấu hổ thế nào chăng nữa), thì ký ức về một điều gì đó ngu ngốc và sai trái mà bạn từng làm, trong một quá khứ không xa cho lắm sẽ trỗi dậy từ sâu thẳm tâm trí bạn. Sau đó, bạn có thể quay lại với người bạn đời của mình và thổ lộ vì sao sao mình lại ngốc đến vậy, rồi bạn xin lỗi (một cách chân thành); và đối phương cũng có thể làm điều tương tự với bạn, rồi xin lỗi bạn (một cách chân thành); và rồi hai kẻ ngốc các bạn sẽ có thể trò chuyện lại với nhau. Có lẽ đó mới là lời cầu nguyện đúng đắn: câu hỏi là: "Mình đã làm gì sai và giờ mình có thể làm gì để khiến mọi thứ ít nhất trở nên đúng đắn hơn đôi chút?" Nhưng bạn phải mở rộng con tim mình với sự thật tồi tệ. Bạn phải chấp nhận điều mình không muốn nghe. Khi bạn quyết định học hỏi từ sai lầm của bản thân để sửa chữa chúng, bạn sẽ mở ra một đường dây liên lạc với nguồn suy nghĩ thỏa đáng. Có lẽ đó cũng là sự tự vấn lương tâm. Có lẽ đó cũng là lời đối thoại với Thượng Đế theo cách nào đó.

Chính trong tâm thế ấy, với một vài tờ giấy trước mặt mình, tôi đã ghi ra câu hỏi cho bản thân: *Mình sẽ làm gì với chiếc bút ánh sáng mới tinh này đây?* Tôi đã hỏi như thể tôi thực sự muốn có được câu trả lời. Tôi đã

chờ đợi một câu trả lời. Tôi đã dựng nên một cuộc đối thoại giữa hai yếu tố khác nhau trong tôi. Tôi đang thực tâm suy nghĩ - hoặc lắng nghe, theo ý niệm được mô tả ở Quy luật 9 (Tin rằng người mà bạn đang lắng nghe biết điều gì đó mà bạn không biết). Quy luật ấy có thể áp dụng rất tốt cho cả bạn lẫn người khác. Tất nhiên, tôi đã đặt câu hỏi này - và tất nhiên cũng chính tôi đã trả lời nó. Nhưng hai yếu tố "tôi" ấy không phải là một. Tôi không biết câu trả lời sẽ là gì. Tôi đang chờ đợi nó xuất hiện trong rạp phim tưởng tượng của mình. Tôi đang đợi những lời nói phát ra từ hư không. Làm thế nào một người có thể nghĩ ra điều gì đó khiến chính anh ta ngạc nhiên? Làm thế nào anh ta có thể không biết mình nghĩ gì? Những suy nghĩ mới mẻ đến từ đâu? Ai hoặc cái gì đã nghĩ ra chúng?

Trên tất thảy, kể từ khi tôi được tặng một chiếc Bút Ánh sáng - có thể giúp tôi viết ra Câu từ Sáng tỏ trong đêm tối - tôi đã muốn làm điều tốt nhất có thể với nó. Do vậy, tôi đã đặt một câu hỏi thích đáng - và hầu như ngay lập tức, một câu trả lời tự hiện ra: *Viết ra những từ mà ngươi muốn khắc ghi vào tâm hồn*. Tôi đã viết ra điều đó. Khá ổn đấy chứ - phải thừa nhận là có chút ủy mị - nhưng thế này đúng với trò chơi hơn. Rồi tôi đánh cược thêm. Tôi quyết định tự hỏi bản thân những câu khó nhất mà tôi có thể nghĩ ra và chờ đợi câu trả lời cho chúng. Xét cho cùng, nếu bạn có chiếc Bút Ánh sáng, bạn nên dùng nó để trả lời những Câu hỏi Khó. Sau đây là câu đầu tiên: *Mình nên làm gì vào ngày mai?* Câu trả lời xuất hiện: *Làm điều tốt nhất có thể trong khoảng thời gian nhanh nhất*. Điều đó cũng đáng hài lòng đấy chứ - kết hợp một mục tiêu đầy tham vọng với những đòi hỏi về hiệu quả tối đa. Một thử thách xứng đáng. Câu hỏi thứ hai cũng theo tinh thần ấy: *Mình sẽ làm gì vào năm sau? Hãy cố bảo đảm rằng những điều tốt mình làm được sẽ chỉ có thể bị "qua mặt" bởi điều tốt mà*

mình sẽ làm vào năm kế tiếp. Câu này cũng có vẻ cứng rắn - phần mở rộng tốt đẹp của những tham vọng được nêu chi tiết trong câu trả lời trước. Tôi đã kể cho một người bạn rằng mình đang thử một thí nghiệm nghiêm túc trong viết lách với chiếc bút mà anh ta đã tặng tôi. Tôi đã hỏi anh ấy liệu mình có thể đọc lớn thành lời những gì mình đã sáng tác cho đến bây giờ không. Những câu hỏi - và câu trả lời - như đánh trúng vào tâm trí của anh ta. Thật tốt! Đó chính là lực đẩy để tôi tiếp tục.

Câu hỏi tiếp theo đã kết thúc phần đầu tiên: *Mình sẽ làm gì với đời mình? Hãy hướng đến Thiên Đường và tập trung vào hôm nay.* A ha! tôi hiểu ý nghĩa của câu này. Đó là điều mà Geppetto đã làm khi ông nguyện ước với những vì sao, trong bộ phim *Pinocchio* của Disney. Người thợ điêu khắc gỗ già nua đã nheo đôi mắt nhìn vì sao lấp lánh như kim cương ngự trên bầu trời cao tít, xa khỏi thế giới trần tục của con người với những nỗi băn khoăn ngày qua ngày và bày tỏ khao khát sâu kín nhất trong ông: Con rối gỗ mà ông tạo ra có thể cử động mà không cần được điều khiển bằng dây và biến thành một đứa bé trai thực sự. Đó cũng là thông điệp chính của "Bài giảng trên núi", như chúng ta đã thấy ở Quy luật 4 (So sánh bản thân với chính bạn ngày hôm qua, chứ không phải người nào khác hôm nay) và xứng đáng được lặp lại ở đây:

> *Còn về quần áo, các ngươi lại lo lắng mà làm chi? Hãy xem loài hoa huệ mọc lên thế nào; nó chẳng làm khó nhọc, cũng không kéo chỉ. Song ta phán cùng các ngươi, đầu vua Sa-lô-môn sang trọng đến đâu, cũng không được mặc áo như một hoa nào trong giống ấy. Hỡi kẻ ít đức tin, nếu loài cỏ ngoài đồng là loài nay còn sống mai bỏ vào lò, mà Đức Chúa Trời còn cho mặc thể ấy thay, huống chi là các ngươi! Vậy nên các ngươi đừng kiếm đồ ăn đồ uống đồ mặc, cũng đừng có*

lòng lo lắng. Vì mọi sự đó, các dân ngoại ở thế gian vẫn thường tìm và Cha các ngươi biết các ngươi cần dùng mọi sự đó rồi. Nhưng thà các ngươi hãy tìm kiếm vương quốc của Đức Chúa Trời và sự công tâm của Ngài, rồi mọi sự đó sẽ được cho thêm. (Ma-thi-ơ 6:28-6:33)

Toàn bộ điều đó có nghĩa là gì? Là hãy định hướng bản thân đi đúng hướng. Sau đó - và chỉ sau đó - hãy tập trung vào từng ngày. Hướng mắt đến những điều Chân-Thiện-Mỹ rồi tập trung tỉ mỉ, cẩn thận vào các mối quan tâm ở từng thời điểm. Hãy không ngừng nhắm đến Thiên đường trong khi ta đang làm việc cần mẫn trên Cõi trần. Trên tinh thần ấy, hãy tập trung hoàn toàn cho tương lai trong khi vẫn tập trung hoàn toàn cho hiện tại. Và rồi bạn sẽ có cơ hội tốt nhất để hoàn thiện cả hai.

Sau đó, tôi quay lại dành thời gian cho những mối quan hệ với mọi người, viết chúng ra và đọc cho bạn tôi nghe những câu hỏi cũng như câu trả lời: *Mình sẽ làm gì với vợ mình? Đối xử với cô ấy như thể cô ấy là Đức Mẹ của Thiên Chúa, để cô ấy có thể sinh ra một anh hùng cứu thế. Mình sẽ làm gì với con gái mình? Đứng phía sau con bé, lắng nghe nó, bảo vệ nó, mài giũa tinh thần nó và để con bé biết rằng sẽ chẳng sao nếu nó muốn làm mẹ. Mình sẽ làm gì với cha mẹ mình? Thực hiện những hành động nhằm bù đắp cho những khổ đau mà họ đã phải chịu đựng. Mình sẽ làm gì với con trai mình? Cổ vũ thằng bé trở thành người Con trai chân chính của Thượng Đế.*

Tôn vinh vợ mình như Đức Mẹ nghĩa là bạn đang lưu tâm và hỗ trợ vai trò làm mẹ thiêng liêng của cô ấy (không chỉ với con cái mình, nhưng tương tự như thế). Một xã hội quên đi điều này thì không thể tồn tại. Dường như tôi nên lấy một ví dụ quan trọng duy nhất, xét trên tầm quan trọng của vai trò người mẹ trong việc xây dựng lòng tin. Có lẽ tầm quan

trọng của những bổn phận làm mẹ của họ, cũng như mối quan hệ giữa họ với con cái mình, không được nhấn mạnh đúng mức; có lẽ điều mà những phụ nữ ấy làm trên danh nghĩa người mẹ của họ đã không được người chồng, người cha và cả xã hội quan tâm đúng mức. Một phụ nữ sẽ sinh ra đứa con thế nào nếu họ được đối xử đúng mực, tôn trọng và tử tế? Xét cho cùng, định mệnh của thế giới nằm ở mỗi đứa trẻ sơ sinh - nhỏ bé, mong manh và dễ bị đe dọa - nhưng sẽ đến lúc, chúng có thể thốt ra những lời nói và làm những hành động duy trì thế cân bằng vĩnh cửu, tinh tế giữa hỗn loạn và trật tự.

Đứng đằng sau con gái mình nghĩa là động viên con bé trong mọi việc mà nó muốn được ta khích lệ, nhưng phải kèm theo đó là sự đề cao đúng nghĩa dành cho nét nữ tính của con bé: Thừa nhận tầm quan trọng của việc lập gia đình và sinh con, cũng như bỏ qua những cám dỗ làm tổn hại hoặc giảm giá trị của điều đó, khi so sánh nó với việc chinh phục tham vọng cá nhân hay sự nghiệp. Không phải vô cớ mà Đức Mẹ và Chúa Hài đồng là một hình ảnh thiêng liêng - như chúng ta đã bàn. Những xã hội thôi tôn vinh hình ảnh ấy - không còn xem mối quan hệ này có tầm quan trọng căn bản và siêu việt - cũng sẽ tàn lụi.

Hành động nhằm bù đắp cho nỗi đau của cha mẹ là ghi nhớ tất cả những hy sinh mà những thế hệ đi trước (không chỉ cha mẹ bạn) đã làm cho bạn trong suốt hành trình khủng khiếp của quá khứ. Việc làm này cũng là biết ơn tất cả những tiến bộ đã được tạo ra nhờ thế và sau cùng là hành động đúng theo sự ghi nhớ và lòng biết ơn ấy. Vô vàn con người đã hy sinh để chúng ta có được ngày hôm nay. Trong nhiều trường hợp, họ thực sự đã ngã xuống - nên chúng ta phải hành động với sự tôn trọng dành cho sự thật ấy.

Cổ vũ con trai mình trở thành người Con trai chân chính của Thượng Đế nghĩa là trên hết, tôi muốn thằng bé *làm điều đúng đắn,* còn tôi sẽ cố gắng hỗ trợ con khi thằng bé thực hiện điều này. Tôi nghĩ đó là một phần của thông điệp hy sinh: Xem trọng và ủng hộ lòng tận tâm của con trai bạn vào những điều tốt đẹp trên tất thảy (bao gồm cả quá trình phát triển, sự an toàn và cả cuộc đời thằng bé trên cõi đời này).

Tôi tiếp tục đặt các câu hỏi. Những câu trả lời đến trong tích tắc. *Mình sẽ làm gì với một người dưng? Mời anh ta vào nhà và đối xử với anh ấy như huynh đệ, để anh ta có thể trở thành một vị huynh đệ thực sự*. Đó là để mở rộng vòng tay tin tưởng đến với một ai đó, để phần tốt nhất của người ấy có thể bước đến và hồi đáp. Đó là bản tuyên ngôn về lòng hiếu khách thiêng liêng, khiến cho cuộc sống giữa những người chưa biết nhau trở nên khả dĩ. *Mình sẽ làm gì với một linh hồn sa ngã? Chìa ra một bàn tay chân thành và thận trọng, nhưng không để lún chung vào bùn lầy.* Đây là bản tóm lược đầy đủ về những gì chúng ta đã bàn đến trong Quy luật 3 (Kết bạn với những ai mong muốn điều tốt đẹp nhất cho bạn). Đó là một lời huấn thị nhằm tránh việc "đàn gẩy tai trâu", cũng như ngụy trang cho thói xấu bằng đức hạnh. *Mình nên làm gì với thế giới này? Hành xử như thể Hữu thể là điều đáng giá hơn Hư vô*. Hãy hành động để bạn không trở nên cay độc và sa ngã bởi bi kịch của sự tồn tại. Đó là bản chất của Quy luật 1 (Đứng thẳng hiên ngang): Tự nguyện đối mặt với sự bất định của thế giới, bằng cả niềm tin lẫn lòng quả cảm.

Mình nên giáo dục môn đệ thế nào? Chia sẻ với họ những điều mình thực lòng xem là quan trọng. Đó chính là những gì được thể hiện trong Quy luật 8 (Hãy nói sự thật - hoặc chí ít cũng đừng nói dối). Thế nghĩa là nhắm đến sự khôn ngoan, đúc kết sự khôn ngoan ấy thành lời lẽ và cất lên

những lời ấy lên như thể chúng rất quan trọng, với nỗi lòng trăn trở và lưu tâm đúng nghĩa. Tất cả điều đó đều liên quan tới câu hỏi (và câu trả lời) tiếp theo: *Mình sẽ làm gì với một đất nước bị chia cắt? Cùng nhau hàn gắn nó lại bằng những chân ngôn cẩn trọng*. Tầm quan trọng của điều này (nếu có) đã trở nên rõ ràng hơn trong vài năm qua: Chúng ta đang chia cắt, phân cực và trôi dạt về miền hỗn loạn. Trong những hoàn cảnh như thế, chúng ta lại cần nói lên sự thật như mình thấy nếu muốn tránh khỏi tai ương: Không phải các lý lẽ biện minh cho hệ tư tưởng của chúng ta, không phải những mưu toan thúc đẩy tham vọng của chúng ta đi xa hơn; mà chính những sự thật bình dị, thuần túy của sự tồn tại đã tiết lộ cho người khác trông thấy và suy ngẫm, để chúng ta có thể tìm thấy nền tảng chung và cùng nhau tiến lên.

Con nên làm gì cho Ngài đây, hỡi Đức Chúa Cha của con ơi? Hãy hy sinh tất cả những gì con nắm giữ vì một sự hoàn hảo vĩ đại hơn. Hãy để cho gỗ chết được cháy rụi, rồi sự sinh trưởng mới sẽ đầy khắp. Đây chính là bài học đau xót từ Cain và Abel, được mô tả chi tiết trong cuộc thảo luận về ý nghĩa xung quanh Quy luật 7. *Mình nên làm gì với một kẻ dối trá? Hãy để hắn nói hết rồi tự hắn sẽ tiết lộ bản thân mình*. Quy luật 9 một lần nữa lại liên quan ở đây, như một phần khác trong Tân Ước:

> *Các ngươi nhờ quả trái của chúng mà nhận biết được chúng. Nào có ai hái trái nho nơi bụi gai, hay là trái vả nơi bụi tật lê? Vậy, hễ cây nào tốt thì sanh trái tốt; nhưng cây nào xấu thì sanh trái xấu. Cây tốt chẳng sanh được trái xấu, mà cây xấu cũng chẳng sanh được trái tốt. Hễ cây nào chẳng sanh trái tốt, thì phải đốn mà đốt đi. Ấy vậy, các ngươi nhờ những trái của chúng mà nhận biết được. (Ma-thi-ơ 7:16-7:20)*

Sự mục nát cần phải được vạch trần trước khi sự lành mạnh được đặt vào đúng chỗ, như tôi đã đề cập trong phần phát triển ý của Quy luật 7 - và toàn bộ điều này thật thích đáng để hiểu và làm theo câu hỏi cũng như câu trả lời sau đây: *Làm sao mình đối diện với một người đã giác ngộ? Thay thế anh ta bằng một người thực sự tìm kiếm sự giác ngộ*. Chẳng có ai được khai sáng cả. Chỉ có một người đang tìm kiếm sự khai sáng xa hơn. Hữu thể Đúng đắn là một quá trình, chứ không phải một trạng thái; là một hành trình, chứ không phải một đích đến. Đó là sự chuyển hóa liên tục của những gì bạn biết, thông qua đối mặt những gì bạn không biết, chứ không phải bấu víu một cách tuyệt vọng vào những điều chắc chắn - vốn dĩ mãi mãi không bao giờ đủ trong mọi trường hợp. Điều này giải thích cho tầm quan trọng của Quy luật 4. Luôn luôn đặt người mà bạn sẽ trở thành lên trên con người hiện tại của bạn. Điều đó đồng nghĩa bạn cần phải nhận ra và chấp nhận sự thiếu sót của mình, để từ đó có thể liên tục khắc phục chúng. Tất nhiên, điều này thật gian khổ - nhưng vẫn thật xứng đáng.

Vài câu hỏi đáp tiếp sẽ tạo nên một nhóm khăng khít khác, lần này lại tập trung vào sự vô ơn: *Mình nên làm gì khi xem thường những gì mình đang có? Hãy nhớ đến những người không có gì và cố mà biết ơn*. Hãy trân trọng những gì ở ngay trước mắt bạn. Hãy xét đến Quy luật 12 - nó khá mỉa mai đấy - (Yêu quý mọi người bất chấp những khiếm khuyết của họ). Và cũng hãy xét đến việc sự tiến bộ của bạn sẽ bị chặn lại, không phải vì bạn thiếu cơ hội, mà vì bạn đã quá ngạo mạn để tận dụng được tất cả những gì bạn có trong tay. Đó chính là Quy luật 6 (Đặt ngôi nhà bạn trong một trật tự hoàn hảo trước khi chỉ trích thế giới).

Gần đây tôi có trò chuyện với một chàng trai trẻ về những điều này. Cậu ấy hầu như chưa từng sống xa gia đình hoặc rời khỏi quê hương -

nhưng đã làm một chuyến hành trình đến Toronto để dự một buổi thuyết giảng của tôi và gặp tôi tại nhà tôi. Cậu ấy đã tự cô lập bản thân rất khắc nghiệt suốt một quãng đời ngắn ngủi từ khi sinh ra đến nay và bị nỗi lo lắng xâm chiếm vô cùng. Khi chúng tôi gặp nhau lần đầu, cậu còn không thể nói nên lời. Nhưng đến năm ngoái, cậu đã quyết định phải làm gì đó để giải quyết vấn đề. Cậu bắt đầu bằng cách nhận một công việc tầm thường là rửa chén. Cậu quyết định làm thật tốt thay vì khinh thường công việc ấy. Cậu đủ thông minh để cảm thấy chua chát vì thế giới không nhận ra tài năng của cậu, nhưng cậu chấp nhận sự thật với lòng khiêm tốn chân thành, rằng bất kỳ cơ hội cậu tìm thấy cũng đều là điềm báo đích thực của trí tuệ. Hiện cậu đang tự kiếm sống nuôi thân, vẫn tốt hơn là sống ở nhà. Giờ cậu cũng tích được chút tiền. Chẳng nhiều nhặn gì. Nhưng thế vẫn còn hơn không. Và chính cậu đã kiếm ra nó. Giờ cậu đang đương đầu với xã hội ngoài kia và được lợi từ sự cọ xát sắp đến.

Tri nhân giả trí, tự tri giả minh.

Thắng nhan giả lực, tự thắng giả cường.

Tri túc giả phú, cường hành giả hữu chí.

Bất thất kì sở giả cửu, tử nhi bất vong giả thọ.

(Đạo đức kinh)

Dịch nghĩa:

Kẻ biết người là khôn, kẻ biết mình là sáng.

Thắng được người là mạnh, thắng được mình là cường.

Kẻ biết đủ thì có của, kẻ siêng năng thì có chí.

Không rời đạo thì lâu bền, chết vững đạo thì trường thọ.

Miễn là vị khách tuy còn lo sợ nhưng đã lột xác và quyết tâm tiếp tục

bước trên con đường hiện tại của mình, thì chẳng bao lâu cậu ta sẽ tích lũy được tài năng và đạt thành tựu. Nhưng điều này chỉ đến khi cậu thừa nhận vị thế thấp kém của bản thân và đủ lòng biết ơn để bước một bước nhỏ không kém nhằm thoát khỏi nó. Lựa chọn ấy vẫn tốt hơn nhiều với mỏi mòn chờ đợi phép màu xuất hiện. Và tốt hơn rất nhiều so việc tiếp tục tồn tại trong sự tự phụ, bất động, từ chối thay đổi, trong khi lũ quỷ của một cuộc đời phẫn nộ, oán hận và không đáng sống cứ bủa vây.

Mình nên làm gì khi lòng tham nuốt chửng mình? Hãy nhớ rằng cho đi quả thực tốt hơn nhận lại. Thế giới là một diễn đàn chia sẻ và giao dịch (một lần nữa, xin xem lại Quy luật 7), chứ không phải một kho tàng để cướp bóc. Cho đi nghĩa là làm những gì bạn có thể làm để khiến mọi thứ tốt đẹp hơn. Cái thiện trong con người sẽ đáp lại điều ấy, ủng hộ nó, mô phỏng nó, nhân rộng nó, đền đáp nó và khích lệ nó; nhờ vậy mọi thứ sẽ tốt hơn và tiến về phía trước.

Mình nên làm gì khi tự tay hủy hoại dòng sông của chính mình? Tìm kiếm nguồn nước sạch và để nó rửa sạch Cõi trần. Tôi nhận thấy câu hỏi này, cũng như câu trả lời của nó, đặc biệt khó ngờ. Dường như câu hỏi liên quan nhiều nhất với Quy luật 6. Có lẽ những vấn đề về môi trường không thể xử lý tốt nhất trên khía cạnh kỹ thuật. Giải thích về mặt tâm lý có thể lại phù hợp nhất. Có lẽ tốt nhất ta nên xem xét chúng trên phương diện tâm lý. Con người càng hiểu đúng về bản thân mình, họ sẽ càng có trách nhiệm với thế giới xung quanh và giải quyết được càng nhiều vấn đề hơn. Thành ngữ có câu: *Tư tưởng không thông, vác bình không cũng nặng*. Và chiến thắng giặc ngoài còn dễ dàng hơn tranh đấu với thù trong. Có thể vấn đề môi trường là thiêng liêng bậc nhất. Nhưng nếu đặt mình vào đúng trật tự, thì có lẽ chúng ta cũng sẽ làm được điều tương tự với thế giới này.

Tất nhiên thôi, một nhà tâm lý học còn nghĩ được gì khác nữa cơ chứ?

Nhóm tiếp theo lại liên quan đến phản ứng với khủng hoảng và sự kiệt quệ:

Mình nên làm gì khi kẻ thù của mình thành công? Nhắm đến mục tiêu cao hơn chút nữa và biết ơn vì bài học này. Quay lại với kinh Ma-thi-ơ: "Các ngươi có nghe lời phán rằng: Hãy yêu người lân cận và hãy ghét kẻ thù nghịch mình. Song ta nói cùng các ngươi rằng: Hãy yêu kẻ thù nghịch và cầu nguyện cho kẻ bắt bớ các ngươi, dù cho các ngươi được làm con của Cha các ngươi ở trên trời" (5:43- 5:45). Lời này có ý nghĩa gì? Là hãy học hỏi từ thành công của kẻ thù; hãy lắng nghe (Quy luật 9) những chỉ trích từ họ, để bạn có thể góp nhặt bất kỳ mảnh trí tuệ nào từ sự chống đối của họ, rồi hợp nhất lại để khiến mình tốt lên; hãy chấp nhận thế giới vì hoài bão của bạn, nơi những kẻ đối đầu bạn vẫn thấy ánh mặt trời, tỉnh giấc và thành công, để những điều tốt hơn mà bạn đang nhắm đến cũng sẽ dẫn lối cho họ.

Mình nên làm gì khi đã mệt mỏi và bất nhẫn? Hãy trân trọng nắm lấy bàn tay đang dang rộng về phía bạn. Câu này hàm ẩn hai tầng nghĩa khác nhau. Đầu tiên, đây là một lời huấn thị, rằng bạn phải lưu ý đến hiện thực của những giới hạn trong mỗi cá thể. Thứ hai, hãy chấp nhận và biết ơn sự giúp đỡ từ những người xung quanh - gia đình, bạn bè, người quen cũng như người lạ. Kiệt sức và bất lực là điều không thể tránh khỏi. Ta có quá nhiều việc cần làm nhưng lại có quá ít thời gian để thực hiện. Nhưng chúng ta không phải cố gắng trong đơn độc và phân chia trách nhiệm, nỗ lực hợp tác, cũng như chia sẻ công lao từ công việc hiệu quả, ý nghĩa được hoàn thành chỉ mang đến điều tốt đẹp mà thôi.

Mình nên làm gì khi già đi từng ngày? Đánh đổi tiềm năng tuổi trẻ để

nhận lấy thành quả của sự trưởng thành. Điều này khiến ta nhớ lại những gì đã bàn về tình bạn trong Quy luật 3, cũng như câu chuyện về phiên tòa và cái chết của Socrates, có thể được tóm tắt như sau: *Một cuộc đời được sống trọn vẹn sẽ bù đắp cho những giới hạn của nó*. Cậu thanh niên trẻ không có gì lại nắm trong tay những khả năng đạt được thành tựu vượt lên những thế hệ trước. Và ta cũng không rõ đây có nhất thiết là một thỏa thuận tồi hay không. William Butler Yeats[68] từng viết: "Một người già với tấm thân tàn úa./Chiếc áo tả tơi khoác lên tấm thân còi cọc./Trừ tâm hồn vỗ nhịp và hát vang/Bài ca vĩnh cửu trong thân xác phàm nhân…"

Mình nên làm gì trước cái chết trẻ của con mình? Ôm lấy những người thân thương và chữa lành nỗi đau của họ. Mạnh mẽ trước cái chết là điều cần thiết, bởi trong sự sống đã bao hàm cái chết. Vì lý do này mà tôi thường bảo học trò mình rằng: Hãy trở thành người mà khi tất cả đang chìm trong đau khổ và tuyệt vọng trong đám tang của cha các em, thì các em chính là chỗ dựa của họ. Có một khát vọng xứng đáng và cao quý: đó là sức mạnh khi đối diện với nghịch cảnh. Điều đó hoàn toàn khác với mong ước sống một cuộc đời an bình, không rắc rối.

Mình nên làm gì trong thời khắc nghiệt ngã tiếp theo? Tập trung mọi sự chú ý vào bước đi kế tiếp. Cơn hồng thủy đang đến. Cơn hồng thủy sẽ luôn đến. Tận thế vẫn luôn chờ đợi chúng ta. Đó là lý do câu chuyện về Noah mang tính nguyên bản. Mọi thứ sẽ sụp đổ - chúng ta đã nhấn mạnh điều đó khi bàn về Quy luật 10 (Nhận thức chính xác về bản thân và thế giới quanh mình) - và phần trọng tâm cốt lõi cũng thế. Khi mọi thứ trở nên hỗn loạn và bất định, tất cả những gì còn lại để dẫn lối bạn chính là nhân cách mà bạn đã xây dựng cho bản thân từ trước, bằng cách nhắm đến mục tiêu cao hơn và tập trung cho thời khắc hiện tại. Nếu không làm được, bạn

sẽ thất bại trong thời khắc khủng hoảng và rồi Thượng Đế sẽ dang tay giúp bạn.

Nhóm cuối cùng bao hàm những điều mà tôi xem là khó khăn nhất trong mọi câu hỏi mà tôi đã trả lời vào đêm ấy. Có lẽ cái chết của một đứa trẻ chính là tai họa tàn khốc nhất. Nhiều mối quan hệ sẽ sụp đổ sau một bi kịch như thế. Nhưng sự tan vỡ trước nỗi kinh hoàng không phải là không thể tránh nổi, dù ai cũng hiểu. Tôi đã từng gặp những người có thể siết chặt những mối ràng buộc với những người ở lại trong gia đình khi một người thân thiết với họ ra đi. Tôi đã chứng kiến họ tìm đến những người ở lại, nỗ lực gấp đôi để kết nối và hỗ trợ họ. Nhờ thế mà tất cả có thể giành lại phần nào những gì đã bị cái chết xé tan nát. Thế nên, chúng ta phải biết thương xót trong tiếng khóc than. Chúng ta phải xích lại gần nhau để đối mặt với bi kịch của sự tồn tại. Gia đình chúng ta có thể là căn phòng khách với chiếc lò sưởi ấm áp, đón chào và luôn đỏ lửa, trong khi bên ngoài là bão tuyết đang gầm thét.

Những hiểu biết được nâng tầm về sự mong manh và khả tử do cái chết sinh ra có thể rất đáng sợ, cay đắng và rời rạc. Nhưng chúng cũng có thể giúp bạn thức tỉnh. Chúng có thể nhắc nhở những ai đang đau khổ rằng đừng xem mọi người yêu thương mình là lẽ đương nhiên. Có lần, tôi làm vài phép tính giật mình về cha mẹ tôi, nay đang thọ khoảng 80 tuổi. Đây là một ví dụ số học đáng buồn mà chúng ta đã gặp ở Quy luật 5 (Đừng để con bạn làm những điều khiến bạn không ưa chúng) - và tôi đã lướt qua hết các phương trình để giữ mình luôn tỉnh táo. Tôi gặp cha mẹ khoảng hai lần mỗi năm. Chúng tôi thường dành khoảng vài tuần ở bên nhau. Chúng tôi cũng trò chuyện qua điện thoại giữa những lần ghé thăm. Nhưng quãng đời còn lại của những người trong độ tuổi 80 chỉ chưa đến mười năm. Tức

là tôi chỉ có thể được gặp cha mẹ mình, nếu may mắn, chưa đến 20 lần nữa. Thật kinh khủng khi nhận ra điều này. Nhưng nhờ thế mà tôi đã thôi xem những cơ hội ấy là chuyện hiển nhiên.

Nhóm những câu hỏi đáp tiếp theo xoay quanh việc phát triển nhân cách. *Mình phải nói gì với một người huynh đệ không có đức tin? "Vua của kẻ đọa đày"*[69] *chính là một thẩm phán đáng thương của Hữu thể.* Đây là niềm tin mạnh mẽ của tôi về cách chữa lành thế giới tốt nhất - ước mơ của một kẻ khéo tay, nếu nó có thật - chính là để chữa lành bản thân, như chúng ta đã bàn luận trong Quy luật 6. Mọi thứ khác đều chỉ là tự mãn. Mọi giải pháp khác đều có nguy cơ gây hại, bắt nguồn từ sự vô tri và thiếu kỹ năng của bạn. Nhưng không sao cả. Có rất nhiều cách để làm điều đó, ở vị trí của bạn. Xét cho cùng, những khiếm khuyết cá nhân cụ thể ở bạn đều gây bất lợi cho thế giới. Những tội lỗi có ý thức và tự nguyện của bạn (vì không còn từ nào khác tốt hơn) khiến mọi thứ tồi tệ hơn chúng đáng ra phải vậy. Phần trì trệ, trơ ì và yếm thế trong bạn sẽ loại bỏ phần có thể giúp bạn học cách chế ngự khổ đau và mang lại bình yên. Điều đó không tốt chút nào. Có vô số những nguyên nhân dẫn đến cảnh tuyệt vọng trên thế giới, khiến ta trở nên giận dữ, oán hận và tìm cách trả thù.

Thất bại trong việc hy sinh đúng cách, thất bại trong việc hé lộ con người mình, thất bại trong việc sống theo và nói ra điều thật - tất cả sẽ khiến bạn yếu kém đi. Trong trạng thái yếu đuối ấy, bạn sẽ không thể vươn mình trên thế giới này và cũng sẽ không làm lợi gì cho bản thân hay người khác. Bạn sẽ vấp ngã và đau khổ một cách ngu xuẩn. Điều đó sẽ hủy hoại tâm hồn bạn. Sao có thể khác được chứ? Cuộc sống khi suôn sẻ nhất cũng đã đủ khó khăn. Nhưng khi nó xấu đi thì thế nào? Và thông qua những kinh nghiệm đau đớn, tôi đã học được rằng không gì tệ hơn khi

thực tế này trở nên tồi tệ hơn được. Điều này giải thích vì sao Địa Ngục lại là cái hố không đáy, vì sao Địa Ngục lại gắn với những tội lỗi đã nhắc đến ở trên. Trong những tình cảnh thê thảm nhất, những đau khổ tồi tệ mà một tâm hồn bất hạnh phải gánh chịu, dưới sự phán xét của bản thân, có thể bị quy cho những sai lầm mà họ ý thức được khi phạm phải trong quá khứ: những hành vi phản bội, lừa dối, độc ác, bất cẩn, hèn nhát và phổ biến nhất trong tất cả, cố ý mù quáng. Dằn vặt trong đau khổ và hiểu rằng bản thân bạn chính là nguồn cơn: Đó chính là Địa Ngục. Và một khi đã ở trong Địa Ngục, người ta rất dễ nguyền rủa Hữu thể. Chẳng có gì lạ cả. Nhưng nó không hề chính đáng. *Và đó là lý do "Vua của kẻ đọa đày" lại là một thẩm phán đáng thương của Hữu thể.*

Làm sao để xây dựng bản thân thành một người mà bạn có thể trông cậy trong những thời khắc tốt đẹp nhất và tồi tệ nhất - trong thời bình lẫn thời chiến? Làm sao để xây dựng một nhân cách sẽ không kéo bạn vào đau đớn và thống khổ khi chìm trong Địa Ngục? Câu hỏi và câu trả lời cứ tiếp tục tuôn ra, bằng cách này hay cách khác và đều ăn khớp với những quy luật mà tôi đã vạch ra trong cuốn sách này:

Mình nên làm gì để củng cố tâm hồn mình? Đừng nói dối, hoặc làm những điều bạn khinh thường.

Mình nên làm gì để thân xác này trở nên cao quý? Chỉ dùng chúng để phục vụ tâm hồn mình.

Mình nên làm gì với những câu hỏi nan giải nhất? Xem chúng như một cánh cổng dẫn lối đến một lối sống khác.

Mình nên làm gì khi thương cảm một người tội nghiệp? Cố gắng trở thành tấm gương đúng đắn để nâng đỡ trái tim tan vỡ của anh ta.

Mình nên làm gì khi bị đám đông hùng hậu lôi kéo? Đứng thẳng

hiên ngang và nói lên những sự thật đau đớn của chính mình.

Tất cả chỉ có thế. Tôi vẫn đang giữ chiếc Bút Ánh sáng. Tôi đã không viết gì với nó từ dạo ấy. Có thể tôi sẽ viết lại nếu có cảm hứng thúc đẩy và có điều gì đó dâng lên từ thẳm sâu bên trong. Nhưng dù tôi không viết, nó vẫn giúp tôi tìm ngôn từ thích hợp để đóng lại cuốn sách này.

Tôi mong rằng những gì mình đã viết sẽ tỏ ra hữu dụng với bạn. Tôi mong nó sẽ hé mở cho bạn những điều mà bạn biết rằng mình không biết rằng mình đã biết. Tôi hy vọng những trí tuệ cổ xưa mình nhắc đến sẽ mang lại sức mạnh cho bạn. Tôi hy vọng nó sẽ thắp lên ánh sáng trong bạn. Tôi hy vọng bạn sẽ đứng thẳng hiên ngang, sống vì gia đình và mang hòa bình cũng như sự phồn thịnh đến với cộng đồng. Tôi hi vọng, như Quy luật 11 (Đừng ngăn cản con bạn đón nhận thử thách) đã nhắc đến, rằng bạn sẽ động viên và khích lệ những người cần đến sự quan tâm của bạn, thay vì bảo bọc đến mức khiến họ yếu ớt.

Cầu chúc mọi điều tốt đẹp nhất sẽ đến với bạn, và mong rằng bạn cũng cầu chúc những điều tốt đẹp nhất đến mọi người.

Bạn sẽ viết gì với chiếc bút ánh sáng của mình?

LỜI CẢM ƠN

TÔI ĐÃ TRẢI QUA MỘT QUÃNG THỜI GIAN BẬN RỘN khi viết cuốn sách này. Tuy nhiên, tôi cũng nhận được nhiều chia sẻ từ những người đáng tin, tài giỏi và có thể trông cậy bên cạnh. Tạ ơn Chúa vì điều đó. Tôi đặc biệt muốn gửi lời cảm ơn đến người vợ yêu thương của mình, Tammy. Cô ấy là người bạn đời tuyệt vời và cũng là người bạn chí cốt của tôi trong gần 50 năm qua. Cô ấy là một người tuyệt đối chân thành, kiên định, luôn động viên và hỗ trợ tôi. Tammy luôn biết sắp xếp và kiên nhẫn trong suốt những năm tôi viết sách; dù có đang gặp phải vấn đề cấp bách hay quan trọng thế nào đi chăng nữa, cô ấy vẫn sát cánh cùng tôi mặc cho bất cứ điều gì xảy ra trong cuộc sống. Con gái bé bỏng của tôi, Mikhaila, và con trai yêu quý, Julian, cũng như hai vị sinh thành của tôi, Walter và Beverley, đã luôn bên cạnh tôi, luôn quan tâm chăm sóc, cùng tôi thảo luận những vấn đề phức tạp, giúp tôi sắp xếp những suy nghĩ, câu từ và hành động. Tôi cũng xin gửi lời cảm ơn chân thành đến anh rể của mình, Jim Keller, một kiến trúc sư vi mạch máy tính kiệt xuất, cùng chị gái Bonnie đáng tin cậy và ưa mạo hiểm. Tình bạn của Wodek Szemberg và Estera Bekier cũng là điều vô giá đối với tôi trong suốt nhiều năm, trên nhiều phương diện, cùng với đó là sự hỗ trợ âm thầm và tinh tế của Giáo sư William Cunningham. Tiến sĩ Norman Doidge đã làm vượt mức bổn phận biên soạn và chỉnh sửa lời tựa cho cuốn sách, vượt xa những nỗ lực mà tôi mong đợi ban đầu. Cả gia đình tôi vô cùng trân trọng tình bằng hữu và sự ân cần mà vợ anh, Karen, không ngừng mang đến. Tôi đã rất vui khi được hợp tác với Craig Pyette, biên tập viên của tôi tại nhà xuất bản Random

House, Canada. Sự chú tâm kỹ lưỡng của Craig dành cho từng chi tiết, cùng khả năng ghìm lại những cơn bùng nổ đam mê (và đôi khi là cả cáu giận) thái quá trong nhiều bản thảo của tôi - bằng tài ngoại giao tuyệt vời - đã tạo nên một cuốn sách cân đối và chừng mực hơn rất nhiều.

Tôi xin gửi lời cảm ơn chân thành đến tiểu thuyết gia, biên kịch và cũng là một người bạn của tôi, Gregg Hurwitz, vì đã sử dụng rất nhiều quy luật cuộc đời trong cuốn sách này để viết *Orphan X* - cuốn sách bán chạy của anh, trước cả khi cuốn sách của tôi được viết. Đây quả là một lời tán dương và chỉ báo tuyệt vời cho giá trị tiềm năng và sức hấp dẫn đại chúng của các quy luật. Gregg cũng tình nguyện trở thành một biên tập viên và nhà bình giải tỉ mỉ, tận tâm, cực kỳ sắc bén và châm biếm hài hước trong khi tôi viết và chỉnh sửa cuốn sách. Anh đã giúp tôi cắt bỏ những đoạn dài dòng không cần thiết (ít nhất là một số) và giữ nguyên lối kể tường thuật. Gregg cũng đã giới thiệu Ethan van Scriver, người mang đến những bản minh họa đẹp đẽ ở phần mở đầu từng chương. Và tôi muốn gửi lời cảm ơn sâu sắc đến Ethan, cũng như ngả mũ trước anh, chủ nhân của những bức vẽ đã góp thêm chút nhẹ nhàng, phá cách và ấm áp cần thiết. Nếu không có chúng, cuốn sách của tôi có lẽ sẽ trở thành một quyển kỳ thư rất đỗi tăm tối.

Cuối cùng, tôi muốn gửi lời cảm ơn đến Sally Harding, người đại diện của tôi, cùng những người tử tế mà cô làm việc cùng tại CookeMcDermid. Nếu không có Sally, có lẽ cuốn sách này đã không bao giờ được hoàn thành.

Chú Thích

[1] Một tỉnh miền Tây Canada. (BT)

[2] Nguyên gốc là Musical chairs, những người tham gia sẽ đi vòng quanh một dãy ghế (thiếu một ghế) cho đến khi nhạc dừng lại, rồi người nào không giành được ghế để ngồi vào sẽ phải rời khỏi trò chơi. (BT)

Các chú thích do nhóm biên tập Saigon Books thực hiện trong quyển sách này sẽ có ghi chú (BT) phía sau. Những chú thích còn lại đều là của tác giả.

[3] Đây là chương trình do tác giả Jordan B. Peterson tự biên soạn, bao gồm một loạt các bài tập trực tuyến yêu cầu người thực hiện viết ra những trải nghiệm để khám phá quá khứ, hiện tại lẫn tương lai của mình. (BT)

[4] Oedipus là một vị vua huyền thoại của Thebes. Một người anh hùng có số phận bi thảm trong thần thoại Hy Lạp. Oedipus đã thực hiện lời tiên tri dành cho mình rằng, ông sẽ hạ sát cha mình và kết hôn với mẹ mình, Oedipus sống trong sự đau khổ đến khi ông lìa đời. (BT)

[5] Những người sinh trong giai đoạn từ đầu thập niên 1980 cho đến đầu thập niên 2000, còn gọi là Thế hệ Y. (BT)

[6] Biểu tượng âm dương chính là phần thứ hai của *Thái cực đồ* - sâu sắc hơn và bao gồm năm phần - một sơ đồ mô tả sự hình thành thái cực lẫn sự phân tách của nó để tạo nên cái vô tận của thế gian mà ta quan sát. Khái niệm này được bàn luận chi tiết hơn trong Quy luật 2 ở đoạn sau và một số phần khác trong sách.

[7] Tôi sử dụng thuật ngữ Hữu thể/Being (với chữ "H" viết hoa) vì đã tiếp xúc với tư tưởng của triết gia người Đức thế kỷ XX Martin Heidegger. Heidegger cố tách biệt giữa thực tại, được cho là khách quan, với tổng thể trải nghiệm của con người (mà theo ông là "Hữu thể")- Hữu thể (với chữ "H" viết hoa) chính là điều mà mỗi chúng ta trải nghiệm một cách chủ quan, cá nhân và đơn lẻ, cũng như những gì mỗi chúng ta trải nghiệm cùng nhau. Chúng bao gồm cả cảm xúc, động lực, giấc mơ, tầm nhìn và sự mặc khải, cũng như những suy nghĩ riêng tư hay nhận thức của ta. Cuối cùng, Hữu thể còn là những điều tồn tại thông qua hành động, vì thế bản chất của chúng ở tầm trung chính là kết quả từ những quyết định và lựa chọn của chúng ta - những thứ được định hình dựa trên ý chí tự do theo giả thuyết của chúng ta. Do được xây dựng theo cách đó, nên Hữu thể (1) không phải thứ mà ta có thể dễ dàng và trực tiếp rút gọn thành vật chất hay vật thể, mà (2) là thứ mà hầu hết mọi người nhất định sẽ có định nghĩa riêng, như Heidegger đã thai nghén suốt nhiều thập kỷ mới biểu thị được nó.

[8] Hoóc-môn nằm ở thần kinh trung ương, có chức năng điều chỉnh tâm trạng, điều chỉnh cảm xúc ở cả con người và động vật. (BT)

[9] Chất dẫn truyền thần kinh điều tiết hành động cho cơ thể và hệ thần kinh. (BT)

[10] Một loại thuốc có chứa Fluoxetine, chuyên dùng để trị bệnh rối loạn ám ảnh cưỡng bức. (BT)

[11] Một mánh khóe được các chính trị gia thường sử dụng trong các cuộc vận động bầu cử. Họ sẽ bế đứa trẻ lên và hôn hòng nhận được nhiều lá phiếu thuận hơn từ phái nữ. (BT)

[12] Chỉ khoảng thời gian từ năm 1837 đến 1901, khi Nữ hoàng Victoria cai trị Vương quốc Anh. (BT)

[13] Một đại dịch (bệnh dịch hạch) xảy ra ở châu Á và châu Âu trong thế kỷ XIV, được cho là giết chết 1/3 dân số châu Âu thời ấy và nằm trong số những đại dịch kinh khủng nhất lịch sử loài người. (BT)

[14] Chất cacbonhydrat thường có nhiều trong tinh bột, một vài loại rau củ, nhất là các loại rễ củ và hoa quả. (BT)

[15] Luật này thể hiện rõ cách thức làm việc của một công ty thất bại. Nó phát biểu rằng 50% khối lượng công việc được hoàn thành chỉ do một số ít nhân viên của công ty. Cụ thể là căn bậc hai của tổng số nhân viên mới hoàn thành được 50% lượng công việc. (BT)

[16] Còn được gọi là luật 80/20, tức là trong nhiều sự kiện, khoảng 80% kết quả là do 20% nguyên nhân gầy ra. Điển hình trong kinh doanh là 80% doanh thu là từ 20% số khách hàng. (BT)

[17] Nhân vật người lùn trong tác phẩm nổi tiếng được chuyển thể thành phim điện ảnh *The Lord of the Rings (Chúa tể của những chiếc nhẫn)*. (BT)

[18] Về vấn đề này, thật thú vị khi *Thái cực đồ* năm phần (đã được đề cập ở Chương 1 về nguồn gốc của biểu tượng âm/dương) thể hiện vũ trụ bắt nguồn trước tiên từ một thể thống nhất không phân biệt, sau đó chia thành âm và dương (hỗn loạn/trật tự, tính nữ/tính nam), rồi tiếp đến trở thành ngũ hành (kim, mộc, thủy, hỏa, thổ) và rồi mới đến "vạn vật". Ngôi sao David (hỗn loạn/trật tự, tính nữ/tính nam) cũng nêu cùng quan điểm về bốn yếu tố cơ bản: lửa, khí, nước và đất (từ những yếu tố này mà hình thành nên vạn vật). Một ngôi sao sáu cạnh tương tự cũng được người Hindu sử dụng. Tam giác hướng xuống tượng trưng cho Shakti, tính nữ; tam giác hướng lên tượng trưng cho Shiva, tính nam. Hai phần này còn được gọi là *om* và *hrim* trong tiếng Phạn. Quả là những ví dụ ấn tượng về sự tương đồng khái niệm.

[19] Hoặc, trong một cách diễn giải khác, Ngài đã phân chia cá thể lưỡng tính ban đầu thành hai phần nam và nữ. Theo lối suy nghĩ này, Chúa Giê-su, hay "Adam thu hai', cũng là một người Nam nguyên bản trước khi có sự phân chia giới tính. Ý nghĩa biểu trưng của điều này phải dược làm rõ đối với những người luôn dõi theo phần tranh luận cho đến lúc này.

[20] Nhà toán học người Mỹ gốc Hungary, và là một nhà bác học thông thạo nhiều lĩnh vực đã đóng góp vào vật lý lượng tử, kinh tế, khoa học máy tính, giải tích, động lực học chất lưu, thống kê và nhiều lĩnh vực toán học khác. Ông cũng là nhà tiên phong của máy tính kỹ thuật số hiện đại. (BT)

[21] Grace Kelly là nữ minh tinh điện ảnh người Mỹ. Sau này bà trở thành vương phi của Công quốc Monaco sau khi kết hôn với Thân vương Rainier III của Monaco. (BT)

[22] Kerstin Anita Marianne Ekberg là một nữ diễn viên Thụy Điển nổi tiếng hoạt động trong các bộ phim của Mỹ và châu Âu ở thập niên 1950 và 1960. (BT)

[23] Monica Anna Maria Bellucci là một diễn viên kiêm người mẫu thời trang người Ý. (BT)

[24] Chỉ tình trạng mắc tội ngay từ khi sinh ra của tất cả mọi người, xuất phát từ sự sa ngã của Adam do ăn trái cấm trong Vườn Địa đàng. (BT)

[25] Sự Sa đọa đầu tiên của Adam và Eve do ăn trái cấm, sau đó họ bị trục xuất khỏi Thiên Đường. (BT)

[26] Danh xưng khác của Chúa Giê-su. (BT)

[27] Tên của nhân vật người cha trong loạt phim hoạt hình Simpson. (BT)

[28] Serotonin là chất truyền dẫn thần kinh có khả năng làm sản sinh những cảm xúc hưng phấn, tích cực cho con người. (BT)

[29] Jimmy Page là thành viên nhóm nhạc rock huyền thoại *Led Zeppelin* của Anh, ông cũng được tôn vinh là tay ghi-ta vĩ đại nhất mọi thời đại. (BT)

[30] John Anthony “Jack” White là một nhạc sĩ, ca sĩ kiêm sáng tác nhạc, nhà sản xuất thu âm và diễn viên người Mỹ. Anh được biết đến là ca sĩ và ghi-ta chính của ban nhạc *The White Stripes*. (BT)

[31] Chỉ những bộ phim có kinh phí thấp, dàn diễn viên kém nổi và ít được mong chờ từ giới chuyên môn. (BT)

[32] Theo Kinh Thánh, ông là tổ phụ của người Do Thái và người Ả Rập. Người đã mặc cả với Thượng Đế để cứu cả thành Sodom khỏi sự trừng phạt của Ngài. (BT)

[33] Người thợ đồng hồ đã chế tác ra chú bé người gỗ Pinocchio trong bộ phim cùng tên của hãng Disney. (BT)

[34] Trại giam "tử thần" thời Đức Quốc xã, nơi hàng triệu nạn nhân Do Thái đã bị giết trong phòng hơi ngạt. (BT)

[35] Trong Mười Điều răn của Chúa, có đến tám điều bắt đầu bằng cụm từ "Ngươi không được". (BT)

[36] Tôi xin nêu ra ở đây và cũng sẽ nhắc lại nhiều lần nữa trong suốt cuốn sách này, về kinh nghiệm khám chữa lâm sàng của tôi (mà tôi đã gom nhặt được trong sự nghiệp của mình). Tôi đã cố gắng giữ cho tinh thần của những câu chuyện ấy được nguyên vẹn, trong khi lược bỏ một số chi tiết để bảo vệ tính riêng tư của những người liên quan. Hy vọng tôi đã cân đối được chuyện này.

[37] Thuyết Dao cạo Occam giải thích: Nếu có hai nguyên lý đều có thể giải thích những thực tế quan sát được, thì hãy áp dụng nguyên lý đơn giản hơn cho đến khi phát hiện chứng cứ nhiều hơn. Những cách giải thích hiện tượng giản đơn nhất luôn chính xác hơn cách giải thích phức tạp. (BT)

[38] Thuốc giảm đau nhóm opiate là nhóm các chất tự nhiên và tổng hợp có các tính chất giống như morphine tác động lên các thụ thể opioid. Ngoài giảm đau, opiate còn có tác dụng gây mê, giảm ho và chống tiêu chảy. (BT)

[39] Peter Pan là nhân vật trong tác phẩm cùng tên của nhà văn James Matthew Barrie. Cậu là một thiếu niên 12 tuổi có khả năng bay lượn, sống ở vùng đất Neverland, luôn chối bỏ "sự trưởng thành" và không chịu lớn lên. (BT)

[40] Và đây đều là sự thật được ghi chép lại, dù *thực sự có* một Đấng Toàn năng trên "Trời" hay không.

[41] Delphi là ngôi đền linh thiêng thời Hy Lạp cổ đại, thờ phụng Thần Apollo và cũng là nơi xuất phát của những lời sấm truyền của nữ tiên tri Pythia. (BT)

[42] Tên gọi khác của quỷ Satan, là biểu tượng của sự kiêu ngạo. (BT)

[43] Thảm sát Mỹ Lai là một tội ác chiến tranh của Lục quân Hoa Kỳ gây ra trong thời kỳ Chiến tranh Việt Nam. (BT)

[44] Nếu tiếp tục hướng nhận xét này, thì sự thật là từ "Set" cũng là tiền thân theo từ nguyên của "Satan". Xem thêm Murdock, D.M. (2009). *Christ in Egypt: the Horus- Ịesus connection* (tạm dịch: *Chúa Giê-su ở Ai Cập: Mối quan hệ giữa Horus và Giê- su)*. Seattle, WA: Stellar House, trang 75.

[45] Một vài người có thể coi điều này phần nào phi thực tế, dựa trên thực tại vật chất rõ ràng, cụ thể và nỗi thống khổ đúng nghĩa gắn với sự thiếu thốn. Một lần nữa tôi xin đề xuất cuốn *Quần đảo ngục tù* của Solzhenitsyn, hàm chứa hàng hoạt những tranh luận đặc biệt sâu sắc về hành vi đạo đức mẫu mực cũng như tầm quan trọng được nâng lên của chúng, thay vì giảm đi trong những hoàn cảnh ham muốn và đau khổ cùng cực.

[46] Ở thời điểm Marx đưa ra tuyên bố này, thuốc phiện vẫn chưa bị lên án bởi tác dụng gây nghiện của nó, mà chỉ là thứ thuốc mê giúp con người khuây khỏa trước những đau khổ. (BT)

[47] Tòa án Nuremberg năm 1947 đã thông qua một bộ nguyên tắc cùng tên. Các thí nghiệm y khoa được thực hiện bởi các bác sĩ Đức bị truy tố trong phiên này đã dẫn đến sự ra đời của Bộ luật Nuremberg để kiểm soát các thử nghiệm tương lai liên quan đến con người. (BT)

[48] Diane Arbus là một nữ nhiếp ảnh gia người Mỹ chuyên chụp ảnh về những bệnh nhân tâm thần, quái đản, dị dạng. (BT)

[49] Hieronymus Bosch được mệnh danh là "họa sĩ của quỷ", chuyên vẽ những tác phẩm bi quan, trừu tượng, châm biếm về đạo đức, tôn giáo và các châm ngôn. (BT)

[50] John Mil ton là thi sĩ lỗi lạc chuyên viết nhi ều tác phẩm v ề chính trị, triết học và tôn giáo, nổi bật nhất là thiên sử thi tôn giáo "Thiên Đường đã mất". (BT)

[51] Triết gia và nhà thần học người Đan Mạch thế kỷ XIX. Phần lớn nội dung các tác phẩm của Kierkegaard tập chú vào các vấn đề tôn giáo như bản chất của đức tin, định chế của giáo hội, đạo đức và thần học Ki-tô. (BT)

[52] Ở đây, một lần nữa, tôi xin giấu bớt một vài chi tiết trong trường hợp này để đảm bảo quyền riêng tư trong khi vẫn cố giữ nguyên ý chính trong các sự việc.

[53] Chiến lược trò chuyện với các cá nhân không chỉ mang tính sống còn trong việc truyền tải thông điệp, mà còn là thần dược cho nỗi sợ nói trước công chúng. Không ai muốn bị hàng trăm đôi mắt không thân thiện và phán xét nhìn chằm chằm. Tuy nhiên, hầu hết mọi người đều có thể nói chuyện với một người đang chú ý. Vì vậy, nếu bạn phải thực hiện một bài phát biểu (lại một cụm từ khủng khiếp nữa) thì hãy cứ làm thế. Hãy trò chuyện với từng cá nhân trong số khán giả - và không cần phải trốn tránh: Không đứng phía sau bục giảng, không cụp mắt xuống, không nói quá nhỏ hay lẩm bẩm, không xin lỗi vì sự kém xuất sắc hay thiếu chuẩn bị, không trốn sau những ý kiến không phải của bạn và không trốn sau những điều sáo rỗng.

[54] Chỉ những nước đang phát triển tại châu Phi, châu Á và Mỹ Latin. (BT)

[55] Đây là lý do tại sao trên thực tế, chúng ta lại tiêu tốn nhiều thời gian hơn so với giả định ban đầu nhằm tạo nên những con robot tự vận hành trên thế giới. Vấn đề nhận thức thực ra khó khăn hơn so với việc chúng ta lập tức tiếp cận những nhận thức của mình mà không tốn chút công sức, từ đó dẫn lối cho ta suy luận. Thực ra, vấn đề nhận thức khó khăn đến mức chúng hầu như đình lại một cách nghiêm trọng những tiến bộ ban đầu của trí thông minh nhân tạo (theo quan điểm thời ấy), khi chúng ta khám phá ra rằng một nguyên do trừu tượng, kỳ quặc thậm chí không thể giải quyết nổi những vấn đề có thực, đơn giản trên thế giới. Vào cuối thập niên 1980 và đầu thập niên 1990, các nhà tiên phong như Rodney Brooks đã cho rằng cơ thể đang hoạt động là điều kiện tiên quyết cần thiết để phân tích thế giới này thành những phần có thể kiểm soát được và cuộc cách mạng AI (trí thông minh nhân tạo) đã giành lại lòng tin và động lực cho nó.

[56] Adrenaline là hoóc-môn tác dụng trên thần kinh giao cảm, được sản sinh ra khi bạn sợ hãi, tức giận hay thích thú, khiến cho nhịp tim của bạn đập nhanh hơn và cơ thể chuẩn bị cho những phản ứng chống lại nguy hiểm. (BT)

[57] Cortisol là hoóc-môn chống áp lực, một phản ứng bảo vệ tự nhiên diễn ra khi ta nhận thức được mối đe dọa hoặc nguy hiểm. (BT)

[58] Bản ghi âm hiện có tại Peterson, J.B. (2002). *Slaying the Dragon Within Us*. Bài giảng do TVO phát sóng nguyên gốc tại đường dẫn: https://www.youtube.com/ watch?v=REjUkEj10_0.

[59] Theo Kinh Thánh, Noah là người đã đóng chiếc thuyền vĩ đại chở muông thú và gia đình tránh khỏi cơn đại hồng thủy trút xuống trần gian từ Thượng Đế. (BT)

[60] Tên và các chi tiết khác đã được thay đổi vì mục đích bảo mật riêng tư.

[61] Vận động viên thể dục dụng cụ từng giành huy chương bạc môn nhảy ngựa và huy chương vàng đồng đội tại kỳ Olympic 2012. (BT)

[62] Lời phát biểu của David Attenborough và Hội La Mã đều đề cập đến vấn đề nhân loại là "một loại bệnh dịch" và "Trái đất đang bị ung thư, và bệnh ung thư chính là con người". (BT)

[63] (37-28)/28 = 9/28 = 32%; (35-29)/35 = 6/35 = 17%.

[64] Phức cảm Oedipus là dục vọng vô ý thức của đứa con đối với bố hoặc mẹ khác giới tính của mình, hoặc ngược lại, do tình trạng quá yêu chiều hay phụ thuộc mà ra. (BT)

[65] Vận động viên thể dục thể hình, diễn viên điện ảnh nổi tiếng và là Thống đốc California trong giai đoạn 2003-2011. (BT)

[66] Là một từ hoặc một chuỗi các ký tự liên tiếp nhau được đặt sau dấu thăng (hashtag - #), được dùng để nhóm nhiều thông tin cùng nội dung hoặc chủ đề đăng trên các trang mạng xã hội lại với nhau. (BT)

[67] Kinh Torah của Do Thái giáo hay còn gọi là Ngũ Thư bao gồm năm sách đầu tiên của Kinh Cựu Ước của Ki-tô giáo: Sáng thế ký, Xuất Ê-díp-tô ký, Lê-vi ký, Dân số ký và Phục truyền Luật lệ ký. (BT)

[68] Nhà soạn kịch người Ireland đoạt giải Nobel Văn học năm 1923. Ông sinh ra giữa thời đại mà Ireland bắt đầu bùng nổ phong trào yêu nước, đỉnh cao là cuộc cách mạng giải phóng dân tộc 1919-1923. Thời đại này đã mang lại động lực cho sáng tác cho ông. (BT)

[69] Phỏng theo tên của bộ phim *King of the Damned* (1935), kể về một người tù đứng lên chống lại chính quyền vì chế độ hà khắc mà anh phải chịu trong cảnh tù đày. (BT)

Table of Contents

"THẦN DƯỢC" NÀO CHO CUỘC SỐNG CỦA CHÚNG TA?
Trích lời tựa của NORMAN DOIDGE
DẪN NHẬP
QUY LUẬT 1 ĐỨNG THẲNG HIÊN NGANG
QUY LUẬT 2 ĐỐI XỬ VỚI BẢN THÂN NHƯ THỂ ĐÓ LÀ NGƯỜI MÀ BẠN CÓ TRÁCH NHIỆM GIÚP ĐỠ
QUY LUẬT 3 KẾT BẠN VỚI NHỮNG AI MONG MUỐN ĐIỀU TỐT ĐẸP NHẤT CHO BẠN
QUY LUẬT 4 SO SÁNH BẢN THÂN VỚI CHÍNH BẠN NGÀY HÔM QUA, CHỨ KHÔNG PHẢI NGƯỜI NÀO KHÁC HÔM NAY
QUY LUẬT 5 ĐỪNG ĐỂ CON BẠN LÀM NHỮNG ĐIỀU KHIẾN BẠN KHÔNG ƯA CHÚNG
QUY LUẬT 6 ĐẶT NGÔI NHÀ BẠN TRONG MỘT TRẬT TỰ HOÀN HẢO TRƯỚC KHI CHỈ TRÍCH THẾ GIỚI
QUY LUẬT 7 THEO ĐUỔI NHỮNG ĐIỀU Ý NGHĨA (CHỨ KHÔNG PHẢI CÓ LỢI)
QUY LUẬT 8 HÃY NÓI SỰ THẬT - HOẶC CHÍ ÍT CŨNG ĐỪNG NÓI DỐI
QUY LUẬT 9 TIN RẰNG NGƯỜI MÀ BẠN ĐANG LẮNG NGHE BIẾT ĐIỀU GÌ ĐÓ MÀ BẠN KHÔNG BIẾT
QUY LUẬT 10 NHẬN THỨC CHÍNH XÁC VỀ BẢN THẢN VÀ THẾ GIỚI QUANH MÌNH
QUY LUẬT 11 ĐỪNG NGĂN CẢN CON BẠN ĐÓN NHẬN THỬ THÁCH
QUY LUẬT 12 YÊU QUÝ MỌI NGƯỜI BẤT CHẤP NHỮNG KHIẾM KHUYẾT Ở HỌ, VÀ YÊU CẢ MỘT CHÚ MÈO NỮA
ĐOẠN KẾT
LỜI CẢM ƠN