

Phi Tuyết



*Hạt mầm nhỏ
hạt cải trời*

Hạt mầm nhỏ
hạt cải trời

01. Hạt cải trời

Ai đó hỏi Jesus: “Xin thầy hãy nói thêm cho chúng tôi về Vương quốc của Thượng đế?”

“Tôi có thể nói gì về nó đây?” Jesus im lặng một lát rồi đáp, “Nước Trời, hay Vương quốc của Thượng đế, cũng giống như hạt cải trời người kia đem gieo trong ruộng mình. Tuy nó là loại hạt nhỏ nhất trong tất cả các hạt giống, nhưng khi lớn lên lại có thể trở thành thứ cây to lớn đến độ chim tới làm tổ trên cành và muôn loài tìm đến bóng mát trú chân.”

Thật hữu duyên khi cuốn sách này được khai bút vào đúng ngày nhà thờ Ki-tô giáo giảng bài ngụ ngôn về hạt cải trời trong Kinh Thánh, vì vậy, nó được đặt tên phụ là “hạt cải trời” bên cạnh tên “hạt mầm nhỏ” mà bạn đã nghe, thật là một chiếc mầm-duyên đẹp đẽ!

02. Người gieo giống

Có thể bạn chưa biết, từ "**Ki-tô**" được phiên âm từ "**Christ**" và từ "**Christ**" lại có gốc từ "**Krishna**". Osho giải nghĩa trong cuốn "*Bí mật của bí mật*", Krishna về bản chất không phải là một người hay một tôn giáo, nhưng nó là một nguyên lý: nguyên lý bồ-tát-hạnh, hay theo ngôn ngữ Ki-tô giáo là thuật ngữ đấng-cứu-thế - những danh xưng khác nhau để ám chỉ đấng cứu độ nhân loại hay người hoá độ chúng sinh.

Cũng trong kinh sách Ki-tô giáo, những câu chuyện ngụ ngôn về việc gieo hạt giống chiếm vị trí quan trọng trong những lời giảng dạy của Jesus mà trong đó, có một câu chuyện tôi muốn giới thiệu với bạn hôm nay, đặc biệt tới những ai không thuộc Ki-tô giáo. Bởi vì người Ki-tô giáo nhất định đều đã nghe nó đến thuộc lòng. Ngụ ngôn nói rằng:

“Vào mùa vụ, một người nông dân đi ra đồng gieo hạt giống của mình. Và khi đang gieo, có hạt rơi xuống bên vệ đường, bị chà đạp và bị chim trời đến ăn đi. Hạt khác rơi trên sỏi đá, vừa mọc lên liền bị héo mất, vì không có đất ẩm. Hạt khác rơi vào bụi gai nên khi vừa nhú lên nó đã bị gai bóp nghẹt. Những hạt may mắn thì rơi vào đất tốt, mọc lên khoẻ mạnh, đơm hoa và kết hạt gấp trăm.”

Ngụ ngôn có thể hiểu theo rất nhiều nghĩa nhưng trong bối cảnh cuốn sách này, tôi muốn giới thiệu với bạn một nghĩa mới. Rằng trong hành trình nuôi dạy con cái, cha mẹ chính là môi trường, là bầu đất mà Thượng đế - người gieo hạt - đã gieo vào cánh đồng nhân loại và đứa trẻ con của bạn là một hạt mầm đang chứa đầy những tiềm năng.

Vậy, với tư cách cha mẹ, bạn có thể tự tin đánh giá mình là bầu đất tốt nhất cho hạt mầm chưa? Hay bạn chỉ đang là đất cứng vệ đường, bụi gai hay thậm chí đang là một tảng đá làm hạt mầm khô héo?

Đứa trẻ được làm con của bạn, có phải là một phúc lành?

Nếu câu trả lời là "**Có**", bạn có thể xếp ngay cuốn sách này lại cũng như không cần đọc thêm bất cứ cuốn sách nào về nuôi dạy con cái nữa. Hãy cứ làm những gì bạn đang làm, là đủ!

Còn nếu câu trả lời của bạn là "**Không**", thế thì, hi vọng cuốn sách nhỏ này sẽ phần nào giúp mang bớt cái "**không**" ấy ra khỏi bạn, thế là đủ, hơn cả đủ!



3. Tại sao là biểu tượng hạt mầm?

Đầu tiên, cho những ai đang quan tâm chủ đề nuôi dạy con cái, thế thì hãy xem đứa trẻ con của bạn là một hạt mầm nhỏ mà bạn đang nắm giữ và nuôi nấng. Khi đó, cuốn sách này sẽ cho bạn một vài góc nhìn khác về hành trình nuôi dạy con của bạn.

Nhưng cho những ai có khả năng đi xa hơn và nhìn sâu hơn, cuốn sách này mong rằng sẽ giúp cho nhiều cha mẹ ngộ ra rằng: bản thân họ cũng từng, hay đúng hơn, cũng đang-vẫn là một hạt mầm cần nhiều sự chăm dưỡng. Nói cách khác: (đa phần) mọi cha mẹ đều đang mang trong mình một đứa trẻ bên trong khao khát được trưởng thành.

Việc nhận ra bản thân mình cũng đang là một hạt mầm cần được nuôi dưỡng thêm nữa mới có thể trưởng thành - trước khi có khả năng nuôi dạy hạt mầm khác - ấy là một điều rất quan trọng- nó giúp cha mẹ bớt 'hung hăng' và vội vã trong việc

tim một phương cách nuôi dạy con nhanh chóng.

Không có cách nào giúp nuôi dạy con nhanh chóng theo ý bạn đâu, mọi hành trình đều cần thời gian và nhiều nỗ lực để người tham gia không ngừng quan sát và thay đổi.

Mà giả dụ có một phương cách nuôi dạy con nhanh chóng hiệu quả theo ý bạn, thế nữa nó cũng thật vô dụng và nguy hiểm. Bởi vì khi bạn chưa trưởng thành, chưa chín muồi mà còn nhiều hung hăng vội vã, nhiều bản ngã và tâm trí, thì 'ý của bạn' cũng thường cũng không phải là ý hay chút nào. Nếu đứa trẻ cứ lớn lên hết như ý của bạn, đó chẳng phải ý hay đâu vì bạn sẽ luôn đổi ý liên tục, bạn chưa có khả năng bắt rễ vào tâm ý của mình chút nào.

Tóm lại, không có đường tắt để hạt mầm nở hoa nên không cần vội vàng làm gì, hãy cứ để tiến trình hạt-mầm-lá-hoa-quả-hạt đi theo chu trình luân hồi đẹp đẽ của nó.

4. Luân hồi bốn mùa cuộc đời là gì?

Là cách phân chia đơn giản của tôi (Phi Tuyết) nhằm giúp bạn nhận ra bản thân đang ở đâu trong hành trình của một hạt mầm trưởng thành. Hành trình ấy bao gồm:

- **Mùa đông:** thời điểm hạt mầm được bảo vệ và ủ ấm trong bầu đất.
- **Mùa xuân:** khi hạt mầm vươn lên trở thành cây và bắt đầu bung nở nhiều hoa lá.
- **Mùa hạ:** khi hạt mầm chạm tới đỉnh tiềm năng về giá trị trong cuộc sống, hoa của nó nay biến thành trái ngọt.
- **Mùa thu:** khi quả ngọt mang theo nhiều hạt mầm mới, hạt già trong những quả chín muồi, sẵn sàng quay trở lại mặt đất.

Rồi cuộc sống lại tiếp tục với đông, xuân, hạ và thu...

Vòng luân hồi các mùa lần thứ hai là khi những hạt mầm mới của mùa thu nay đồng loạt bung nở bên trong bầu đất tâm linh - tâm hồn, linh hồn - của mỗi người, chúng cứ thế liên tục nảy mầm, liên tục sản sinh hoa trái làm giàu cho sự tồn tại.

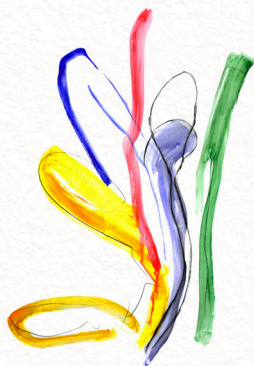
5. Ki-tô giáo không tin vào luân hồi, vậy việc đầu thai nên được hiểu thế nào?

Hãy hiểu theo cách này: trong muôn vạn kiếp sống, chỉ kiếp sống mà người ta thức tỉnh, sống cuộc đời đầy nhận biết và "nở hoa" tiềm năng tối thượng - ấy mới là kiếp sống duy nhất được tính tới. Còn lại những kiếp sống khác trong vô ý thức, trong mù mờ, trong mơ thì bao nhiêu hay bao lâu cũng chẳng ý nghĩa gì - chẳng đáng được tính tới.

Hiểu đơn giản hơn, bao nhiêu hạt mầm đã rơi vào đá sỏi và bị tan biến hay bị chim trời ăn mất đều không ý nghĩa với công trình của người gieo hạt, chỉ hạt mầm nào đã thành cây và làm nảy sinh hoa lợi thì mới ý nghĩa với người đó, với việc gieo hạt của người đó.

Cho nên, bao nhiêu kiếp sống không quan trọng, chỉ khi bạn sống một cách có ý thức, thức tỉnh - bạn mới cảm thấy mình đang sống, và cũng chỉ

khi đó, bạn mới thấy cuộc đời mình là đáng giá,
đáng được tính như là một cuộc đời.



6. Hạt giống liệu có được lựa chọn bầu đất, hay linh hồn có được lựa chọn bụng mẹ khi đầu thai không? *(Như một số sách về luân hồi nói rằng linh hồn luôn có sẵn một bản kế hoạch trước khi đầu thai, điều đó đúng không?)*

Đúng và không.

Quả thực, linh hồn có khả năng lựa chọn cha mẹ, lựa chọn gia cảnh mà nó sẽ được sinh ra và sẽ sống. Đa phần linh hồn sẽ chọn dựa trên khả năng trưởng thành của nó trong kiếp mới.

Nhưng không phải mọi linh hồn đều có khả năng ấy, mà chỉ những linh hồn già - cách nói để chỉ linh hồn tiến hoá bậc cao, tức linh hồn có sự nhận biết và ý thức lớn - mới có năng lực ấy. Còn lại, các linh hồn ý thức thấp sẽ được đầu thai ngẫu nhiên vào "bụng-mẹ" mới theo luật hấp dẫn của khoa học về năng lượng" cái gì cùng tần số sẽ hút nhau, hay nôm na như lời dân gian nói: "đồng thanh tương ứng, đồng khí tương cầu".

7. Linh hồn là gì? Đầu thai là gì?

Nôm na, linh hồn là khối năng lượng luôn tồn tại sẵn trong vũ trụ (vĩnh hằng) và được bảo toàn (không tự sinh ra và cũng không tự biến mất), nhưng nó có khả năng chuyển từ trạng thái này sang trạng thái khác, từ dạng này sang dạng khác, bao gồm cả việc được chuyển hoá lên những dạng thức rung động cao hơn.

Việc một khối năng lượng chuyển từ dạng thân thể này sang dạng thân thể khác trong khi vẫn được bảo toàn về tính chất, là việc chúng ta gọi là "đầu thai, chuyển kiếp".

Việc khối năng lượng học cách chuyển hoá, biến đổi lên dạng sóng cao hơn, là việc chúng ta tạm gọi là tu tập, tiến hoá tâm linh. Đỉnh của tiến hoá tâm linh này là thứ chúng ta gọi là sự giác ngộ, khi năng lượng của linh hồn đạt tới trạng thái rung động cao nhất và hoà hợp với vũ trụ.

Cuộc sống là môi trường và cơ hội để các linh hồn học cách tự chuyển hoá, để tận hưởng niềm vui của việc tự chuyển hoá này. Đó là một niềm vui vô biên không thể diễn đạt trong ngôn từ!

8. Làm sao biết được một linh hồn trong kiếp sống này đã tự mình lựa chọn bụng mẹ hay chỉ là việc sinh ngẫu nhiên?

Căn cứ vào sự trưởng thành và khả năng biết ơn của người đó.

Ngày một người có thể nói, "Tôi biết ơn toàn bộ về hoàn cảnh, gia cảnh mà tôi đã sinh ra và lớn lên, để tôi có thể là tôi của hôm nay: trưởng thành, hài lòng, mãn nguyện..." Ta biết đó là một linh hồn đã tiến hoá bậc cao và gia cảnh đó đích xác là gia cảnh mà linh hồn đã lựa chọn.

Trong khi những linh hồn ý thức thấp bị đầu thai theo quy luật hấp dẫn ngẫu nhiên thường có xu hướng đổ lỗi cho hoàn cảnh, than trách cho số phận rất nhiều. Và còn đổ lỗi tức còn chưa trưởng thành.

Sự trưởng thành đích thực thể hiện rõ nhất ở lòng biết ơn và lòng biết ơn thì không thể nào nguy tạo hay chối bỏ được.

9. Nói một chút về sự từ bỏ bào thai...

(Bài này hoàn toàn không cổ súy việc bỏ thai, nhưng chắc chắn là cổ súy việc bạn phải ý thức và trách nhiệm hơn trong từng hành động của mình.)

Người ta không nên quá đau khổ và cắn rứt sau khi đã từng quyết định từ bỏ một thai nhi. Vì lý do khi người mẹ mang thai, bào thai giống như một căn phòng trống, những linh hồn sẽ đến và đi để xem căn phòng đó có hợp với nó (dựa vào trường năng lượng), trước khi quyết định có ở lại cơ thể đó hay không.

Khi người mẹ không muốn đứa con, "căn phòng" này trở nên lạnh, không tình yêu thương, các linh hồn ý thức sẽ không muốn vào ngay từ đầu. Hoặc sẽ có một vài linh hồn đi vào một chút nhưng lại sớm thoát ra ngay, vì lý do đơn giản là không ai muốn ở nơi không hơi ấm cả.

Mọi sinh linh, mọi linh hồn đều xứng đáng được tiếp nhận và chào đón bởi tình yêu thương và sự

mong chờ của mẹ. Nên nếu vì bất cứ lý do nào bạn chưa sẵn sàng chào đón một sinh linh đến với cuộc đời, thì yên tâm là sẽ không linh hồn nào tới, việc bỏ thai không phải là việc phá huỷ sinh mệnh, nó chỉ là việc phá bỏ một căn phòng chưa sẵn sàng đón khách. Nói cách khác, bạn đã không từ bỏ bất cứ gì ngoài một phần thân thể vật lý của mình.

Thế thì nỗi đau đớn của việc từ bỏ thai nhi cũng giống như nỗi đau của việc mất đi một ngón tay hay bàn tay vậy, bạn sẽ thấy trống trải, thấy thiếu thốn, thấy đau buồn dù cho sự thật là thai nhi có thể trở lại và bàn tay thì không mọc lại.

Một linh hồn đã muốn làm con của bạn thì nó sẽ trở lại vào đúng thời điểm khi người mẹ đã sẵn sàng. Không linh hồn ý thức nào lại có xu hướng bắt buộc hay áp đặt một người làm mẹ nó trái với ý chí của người đó.

Không ai có thể sát/làm tổn hại một linh hồn. Không có chuyện đó. Cho nên không có nhu cầu

đau khổ, cắn rứt và nuối tiếc gì vì xét cho cùng bạn đã không làm hại bất cứ gì ngoài một phần thân thể riêng của bạn.

Khi mang thai ngoài ý muốn và từ bỏ, bạn đã không tôn trọng và trân trọng thân thể bạn một lần, bây giờ nếu cứ để những hối tiếc dày dò tâm can, bạn lại đang không trân trọng nó một lần nữa. Hãy chỉ cần tinh táo, ý thức để không lặp lại sai lầm đó nữa: sai lầm của việc không chuẩn bị, không tinh táo nên mới không lường trước tác hại của những hành động vô ý thức của bản thân mình (như việc mang thai ngoài ý muốn).

Nếu sự ăn năn cắn rứt là quá nhiều, hãy chuẩn bị bản thân sẵn sàng là một người mẹ tốt, khi thời điểm đúng, "đứa trẻ" bạn từng từ bỏ sẽ lại tìm đến bạn. Và lần này nó sẽ biết ơn bạn thật nhiều, vì bạn đã sẵn sàng và chào đón nó trong vòng tay rộng mở yêu thương.

10. Tại sao các tôn giáo và niềm tin truyền thống đa phần lại vận hành dựa trên việc tạo ra nỗi sợ?

Vi nỗi sợ là cảm xúc nền tảng ai cũng có (thứ căn bản nhất vừa mang tính bản năng, vừa mang tính bản ngã), và nó cũng là thứ dễ bị tác động nhất, bên cạnh lòng tham.

Kỷ nguyên Song Ngư là thời đại của những niềm tin đại chúng, và để "quản lý" đại chúng thì các tôn giáo dùng hai thứ công cụ nền tảng là lòng tham và nỗi sợ vì chúng vừa đơn giản và cũng vừa hiệu quả nhất với tâm thức nhân loại đương thời.

Nhưng hiện tại chúng ta đã bước vào kỷ nguyên Bảo Bình là kỷ nguyên của sự khai phóng, tự do và tính tâm linh cá nhân cho nên những niềm tin của tôn giáo đại chúng cũ sẽ không còn hiệu quả. Vì tâm thức của nhân loại đang trên đà trưởng thành rất nhanh chóng, các tôn giáo của thời đại cũ không còn khả năng đáp ứng nhu cầu truy tìm

chân lý của các cá nhân thời đương đại nữa.

Kỷ nguyên Bảo Bình, chân lý không còn là những niềm tin chung mặc định nhưng là hành trình truy tìm của các cá nhân dựa trên con đường tìm kiếm, truy hỏi và thực nghiệm - đó là lý do các niềm tin cũ đang được mang ra "xét lại" rất nhiều để xem cái gì là phù hợp, cái gì không còn phù hợp. Đây là một công việc rất mang tính cá nhân mà từng người đều phải trải qua nếu muốn truy tìm chân lý. *(để đọc thêm về các kỷ nguyên và đặc tính của chúng, mời bạn đọc cuốn "Tại sao chúng ta không hạnh phúc?" - Phi Tuyết xuất bản 2018)*

Có thể hiểu điều này theo cách đơn giản:

Khi đứa trẻ còn nhỏ, còn ngây thơ và dễ tin tưởng, người lớn sợ nó đi vào chỗ vắng/chỗ tối sẽ không quản lý được nên hù nó rằng đi vào các nơi đó sẽ có ma xó, ông kẹ, quỷ dạ xoa... Đây đều là những ý tưởng hư cấu để dọa đứa trẻ, khiến nó sợ và không đi vào chỗ khuất tầm mắt cha mẹ.

Nhưng khi đứa trẻ lớn lên, nó biết, nó không còn

sợ ma xó hay ông kẹ nữa, nó có khả năng biết các ý tưởng đó chỉ để hù, nhưng theo cách nào đó, nó lại vẫn tiếp tục, vẫn sẵn sàng dùng cùng ý tưởng này để hù con của mình, vì cùng lý do tương tự là sự dễ quản lý. Mô thức hành động của con người về bản chất vẫn chưa thay đổi nhiều, đặc biệt khi liên quan đến lòng tham và nỗi sợ.

Các hình phạt trong các niềm tin tôn giáo cũ về hoả ngục, địa ngục, bị đọa đày đầu thai làm súc sinh ngựa quỳ, phải sống kiếp sau trong khổ sở bần hàn thương tật... đều dựa trên nguyên lý nỗi sợ này.

Người trưởng thành sẽ không còn sợ, càng trưởng thành càng ít sợ - đó là dấu hiệu.

Người càng nhiều sợ hãi càng chứng tỏ mình chưa mấy trưởng thành - sự trưởng thành tâm linh, không liên quan tuổi tác.

Nỗi sợ cũng có cái hữu dụng, nhưng nó là con dao hai lưỡi. Một mặt nó giúp giới hạn khả năng phạm tội của người ta nhưng mặt khác nó cũng

giới hạn cả khả năng sống trọn vẹn của người ta nữa. Đó là lý do cho việc nhiều người đang sống nhưng vẫn không biết sống thực là gì. Nỗi sợ đã khoá người ta lại, khiến người ta không dám hành động.

Can đảm là đức tính quan trọng giúp người ta biết cuộc-sống-thực là gì, nhưng lòng can đảm - thứ vốn là món quà tự nhiên của đứa trẻ - đã bị người lớn vô tình tổn hại và "khoá" lại khi họ cứ vô tư, vô ý thức hù dọa trẻ con bằng những thứ vô hình, không thực.



11. Vậy là không nên hù dọa trẻ?

Hù dọa bất cứ ai cũng là việc không nên, và việc hù dọa một đứa trẻ thì hệ quả để lại sẽ rất sâu mà không mấy ai thấy được.

Khi bị hù dọa, lòng can đảm tự nhiên của đứa trẻ sẽ bị cùn nhụt đi, nó dần dà trở nên sợ đủ thứ. Và bất cứ ai mà bị nỗi sợ phủ bám quá dày, người đó khó mà sống bình thường được, người đó sẽ ngày càng thu mình lại như con tằm trong vỏ kén, bị ngột trong chính tổ kén của mình.

Nếu một nỗi sợ có hình hài, điều đó là tốt, nó thuộc về bản năng sinh tồn, nó khiến người ta né nguy hiểm, né việc bị tổn thương trong những hoàn cảnh nhất định. Nhưng việc hù trẻ con bằng những ý tưởng hư cấu như ma, ông kẹ, dạ quý... sẽ khiến đứa trẻ trở nên sợ ngay cả những thứ không có thật, không tồn tại – nó có thể sẽ sợ ngay cả một... ý tưởng: sợ tương lai, sợ thám hiểm, sợ khổ, sợ khám phá...

Cho nên, nếu bạn muốn có một người con can đảm, hãy cho nó chơi trong bóng tối nhiều hơn (nơi an toàn) và đừng quá lo lắng. Khi nó không còn sợ bóng tối và những ý tưởng về bóng tối, nhiều nỗi sợ khác cũng sẽ tiêu biến, cuộc sống của nó sẽ đầy ắp can đảm, tự tin và một tinh thần ưa thích phiêu lưu vào vùng chưa biết.

12. Tại sao người mẹ được gọi là Thiên chức?

Vì người mẹ chia sẻ cùng chức năng của Thượng đế - chức năng tạo thành ra một sinh linh, một mầm sống.

Tất nhiên để làm công việc này thì người cha cũng phải được cần tới, nhưng chỉ người mẹ mới có khả năng mang thai và mang thai là biểu tượng đẹp vô cùng của sự hiệp thông thần thánh - sự hợp nhất thiêng liêng của hai sinh thể.

Khi người mẹ mang thai đứa trẻ, cô ấy được nếm trải một chút hương vị của tính Thượng đế (-xem Thượng đế là sự tổng hoà hợp nhất thiêng liêng của tất thảy mọi sinh linh, sinh thể.)

Trong cuộc sống, không có mối liên kết đối-thể nào mật thiết hơn liên kết của người mẹ và thai nhi khi còn trong bụng mẹ. Mối liên kết thiêng liêng này đã được hình tượng hoá và được gọi là "Thiên Chức" vì lẽ ấy.

13. Thai giáo là gì? (Nôm na việc giáo dục thai nhi)

Là việc đưa trẻ chưa ra đời đã bị kì vọng phải đáp ứng đủ thể loại nhu cầu, trông đợi và mong muốn của cha mẹ.

Chỉ cha mẹ còn nhiều tình tham và tính “hung hăng” trong tâm trí mới có ham muốn thai giáo đứa trẻ từ khi nó chỉ là hạt mầm trong bụng mẹ.



14. Vậy thai giáo có xấu không?

Có, nếu cha mẹ còn vô ý thức và hành động chỉ theo trào lưu mà không biết mình đang làm gì, để làm gì. Ví dụ mong muốn một đứa trẻ thật xinh đẹp, để làm gì, bạn đã bao giờ nghĩ đủ sâu về điều đó?

Nhưng nếu cha mẹ đã đủ ý thức, đủ nhận biết và biết rất rõ việc mình muốn gì nơi đứa con, thì chính ý chí đó sẽ tạo nên một cái khuôn vô hình giúp thu hút đứa trẻ phù hợp. (Ví dụ cha mẹ thích nghe nhạc giao hưởng và tận hưởng nó, sẽ thu hút một linh hồn rất khác so với việc cố ép bản thân nghe vì các lớp học thai giáo bảo nên làm thế).

Thật ra, chỉ những linh hồn "yếu" (mông lung, không có ý thức về bản thân mình) thì mới có khả năng bị thai giáo, một linh hồn "mạnh" tức đã nhận biết về việc nó muốn gì nơi kiếp sống mới, sẽ không thể bị thai giáo. (Nghĩ về việc thai giáo một đứa trẻ như Osho mà xem).

Thai giáo trong vô ý thức chỉ là việc tạo ra một cái khuôn, và mọi cái khuôn, dù đẹp đến mấy cũng đều tạo ra những giới hạn cho tiềm năng vốn dĩ bao la và bất tận của một linh hồn.

15. Vài điều cần lưu ý khi người mẹ lâm bồn hạ sinh đứa trẻ

Khoảnh khắc chào đời đó là một sự thay đổi rất lớn đối với thế giới đứa trẻ. Suốt chín tháng nó chỉ biết mẹ từ bên trong, ngay khi được sinh ra, hãy cho nó "biết" mẹ từ bên ngoài càng nhiều và càng trực tiếp càng tốt.

Cách đơn giản nhất là hãy cho trẻ da tiếp da với mẹ, đặt nằm gần ngực mẹ sẽ khiến linh hồn đứa trẻ cảm thấy yên tâm và ấm áp. Nó sẽ cảm thấy được chào đón.

Và rất quan trọng để một linh hồn khi tái sinh trở lại cuộc sống cảm thấy được chào đón bởi người và không gian xung quanh. Nó sẽ cảm thấy đó là "nhà" chứ không phải một nơi xa lạ.

Trong tương lai, các dịch vụ hộ sinh nên được xem xét tổ chức lại, người ta nên xem ngày sinh một đứa trẻ là một ngày trọng đại và linh thiêng,

và từ đó mà ý thức tạo ra những không gian lâm bồn ngày càng mang nhiều tính thiên hơn, nhiều tính riêng tư hơn, đẹp hơn, nghệ thuật hơn để đón chào đứa trẻ.

Nhiều bà mẹ ngày nay đã bắt đầu ý thức trong việc làm đẹp bản thân mình ngay trước khi lâm bồn để chụp lại và lưu trữ những khoảnh khắc đẹp, đó là một khởi đầu tốt. Dần dà, một không gian đẹp là thứ nên được chúng ta bận tâm tới nhiều hơn.



16. Tại sao trẻ sơ sinh thích được bế trên tay?

Trẻ sơ sinh, một linh hồn mới sẽ cần rất nhiều sự ôm ấp, đầu tiên là để tạo sự kết nối vững chắc với cuộc sống mới. Tình yêu, năng lượng yêu thương là nhịp cầu gắn kết linh hồn với thân thể mới, gần như là một loại "thức-ăn" cho linh hồn.

Trước khi được sinh ra, đứa trẻ sống chín tháng trong bụng mẹ, nó sống trong bầu năng lượng tử-trường của mẹ. Tử trường ấy là nhà của nó. Sau khi ra đời, việc tách khỏi tử trường này là việc rất đáng sợ với đứa trẻ. Mỗi khi được ôm ấp, nó lại được ở gần tử trường ấy, gần bầu năng lượng ấy, nó cảm thấy "yên tâm".

Điều thứ hai là sự vỗ về. Theo bản năng, mọi cha mẹ hay bất cứ người thân nào khi ôm ấp đứa trẻ cũng đều nhịp nhịp bàn tay vỗ vỗ lên người đứa trẻ, bạn có biết tại sao?

Thực ra điều này rất đẹp và có ý nghĩa rất quan

trọng. Nhịp vỗ bàn tay là thứ giúp mô phỏng nhịp tim đập của mẹ - thứ âm thanh linh thiêng thuần khiết mà mọi đứa trẻ đều liên tục nghe trong suốt những năm tháng đầu tiên của cuộc sống thai kì - thứ giai điệu đầu tiên của cuộc sống.

Cho nên mọi đứa trẻ đều cảm thấy rất ổn, rất yên tâm khi được người thân ôm ấp vỗ về. Đó là việc đơn giản nhất giúp tái hiện lại môi trường bụng mẹ - nơi ấm áp, an toàn và yên vui nhất mà nó từng biết tới.



17. Tại sao trẻ sơ sinh thường khóc nhiều không lý do?

Có lý do cả đấy, tại bạn không biết lý do thôi.

Đầu tiên, khóc là việc "giao tiếp" duy nhất của đứa trẻ sơ sinh để thông báo với cha mẹ những điều... không ổn. Có ba loại lý do chính khiến đứa trẻ khóc:

- Lý do vật lý: đứa trẻ bị đói, bị lạnh, bị ướt, bị nóng, bị đau... những lý do này thường đều dễ nhận biết và xử lý.

- Đứa trẻ khóc vì bị ảnh hưởng bởi các nguồn năng lượng xung quanh:

Tâm hồn trẻ sơ sinh như mặt hồ phẳng lặng, nó rất dễ cảm nhận (nhiễm) năng lượng xấu từ mọi người xung quanh: nỗi sợ, sự tức giận, đau khổ, bạo hành... (ví dụ tiếng ồn là một dạng năng lượng xấu). Những năng lượng xấu này như cơn gió trên mặt hồ phẳng lặng khiến đứa trẻ bất an. Khi bất

an, trẻ khóc.

Việc ôm trẻ vào lòng vỗ về là cách khiến trẻ bớt/ hết bất an. Năng lượng tình yêu là thứ đưa trẻ cần để cảm thấy "yên" trong cơ thể mới.

- Một lý do vô hình khác ít người biết nhất: Trẻ khóc vì những cơn ác mộng...



18. Trẻ con như trang giấy trắng thì tại sao chúng lại mơ thấy ác mộng, ác mộng ở đâu ra?

Những ác mộng này thường là những chuyện đã xảy ra trong tiền kiếp. Đứa trẻ mới sinh vẫn còn nhiều liên hệ với kiếp sống trước đó và khi ngủ, những kí ức mạnh nhất có khả năng "sống lại" dưới dạng những giấc mơ.

Khi đứa trẻ lớn dần lên, mối liên hệ với kí ức tiền kiếp của chúng cũng mờ dần đi, chúng có thể vẫn mơ thấy ác mộng nhưng không còn khóc, hoặc ngay cả bạn -với tư cách người trưởng thành- thì thoảng, trong một vài điều kiện nhất định, bạn cũng có khả năng thấy lại những kí ức tiền kiếp nhưng bạn không biết đó là tiền kiếp, bạn gọi đó là giấc mơ kì lạ.

Khi người ta càng tỉnh, người ta càng ít mơ. Hoặc các giấc mơ sẽ mang phẩm chất rất khác, chúng chứa đầy thông điệp và đa phần là những câu chuyện từ tiền kiếp - vốn dĩ có sẵn trong mọi người nhưng được chôn giấu rất sâu trong vùng vô thức và tiềm thức.

19. Tại sao một đứa trẻ có dung mạo không quá xinh đẹp lại là một phúc lành?

Khi đứa trẻ quá xinh xắn, quá xinh đẹp, một cách tự nhiên nó sẽ thu hút nhiều ánh nhìn, nhiều sự chú ý từ tất cả mọi người, cả người quen lẫn người lạ.

Sự chú ý là một loại chất độc cho quá trình phát triển bản ngã tự nhiên. Ánh mắt của mọi người cũng là một loại "vũ khí vô hình" can thiệp rất nhiều vào sự phát triển tính cách của trẻ. Quá nhiều sự chú ý, cung nung, quá nhiều quan tâm sẽ tạo ra đường hướng khác nhau trong quá trình phát triển bản ngã của đứa trẻ. Nó có thể khiến trẻ trở nên yêu sách, khó tính, khó chiều và đôi khi cũng phát triển cả sự khó ưa - đây là cơ chế của một tấm chắn tự nhiên giúp bảo vệ chính nó khỏi sự chú ý quá nhiều của mọi người.

Một đứa trẻ với dung mạo không quá xinh đẹp nổi trội sẽ có nhiều cơ hội để lớn lên bình thường, nhiều không gian riêng để phát huy cá tính mà không bị can thiệp, đó là một phúc lành.

Sự đáng yêu của trẻ con là một kho báu vô giá vốn dĩ hiện hữu trong từng và mọi đứa trẻ, trong từng hành động ngây thơ thuần khiết của chúng, nên đừng chỉ vì việc yêu thích dung mạo bên ngoài của một đứa trẻ mà đánh mất khả năng tận hưởng kho báu vô giá này của chúng.

Trong thời hiện đại, nếu người mẹ càng có ít ham muốn “khoe” con trên mạng xã hội thì đứa trẻ càng có nhiều cơ hội được phát triển một cách tự nhiên. Cơn nghiện “khoe” này là một trong những vấn đề tâm lý lớn nhất của cha mẹ hiện đại và nó có quấy nhiễu đến cách đứa trẻ nhìn nhận về cuộc sống lẫn khả năng hành xử của đứa trẻ trong cuộc sống, bất kể chúng ta có nhận ra hay không.

20. Tại sao không nên đóng bím cho trẻ?

Bím ban đầu được tạo ra để phù hợp lối sống công nghiệp của người mẹ phương Tây, dần dà nó phổ biến đến độ thời đại này người ta quên mất việc trẻ có thể lớn lên mà không dùng tới bím.

Mặt hại của đứa trẻ quen đóng bím về lâu dài là nó sẽ thấy lười giao tiếp với mẹ hay người xung quanh, vì không có nhu cầu. Người mẹ cũng sẽ không quan sát được thói quen bài tiết hay lịch trình sinh hoạt tự nhiên của cơ thể trẻ.

Bím là món đồ tiện lợi, nhưng cái gì càng tiện lợi, càng làm khả năng nhận biết và sự chú tâm yếu đi. Trong khi nhận biết và chú tâm là hai yếu tố rất quan trọng tạo ra sự liên kết sâu sắc giữa người mẹ và đứa trẻ nói chung lẫn sự trưởng thành của trẻ nói riêng.

**Càng nhiều chú tâm, càng nhiều nhận biết.
Càng nhiều nhận biết, càng sớm trưởng thành.**

Truyền thống chúng ta không dùng bìm nhưng dùng tã, việc này cũng có ý nghĩa riêng của nó. Khi người ta phải giặt tã của đứa trẻ, người ta dần dà bồi đắp khả năng quan sát phân của đứa trẻ để biết tình trạng sức khoẻ của nó. Khi thay bìm, chẳng mấy ai bận tâm phân của đứa trẻ thay đổi thế nào. Và việc quan sát chất phân của cơ thể là một trong số những phương pháp y học cổ truyền để nhận diện bệnh tật rất chuẩn xác, nhưng nay đã bị những phương pháp siêu âm của khoa học phương Tây xoá nhoà.

Bìm không vô dụng. Chúng ta không cần loại bỏ hẳn bìm, nhưng chỉ nên dùng nó trong một số trường hợp cần thiết như khi đưa trẻ ra ngoài, đi công việc... còn lại khi ở nhà nên giải phóng trẻ khỏi bìm càng sớm càng tốt.

Không dùng bìm, người mẹ có khả năng quan sát thói quen vận hành của cơ thể trẻ tốt hơn.

Tôi quan sát hai đứa trẻ bằng tuổi, một đứa sống vùng làng quê ít đóng bìm, khi đi chơi chỗ lạ và mỗi lần mắc tè nó đều tìm cách ra hiệu cho người thân ở gần xung quanh và nói "tè tè". Trong khi

đứa trẻ sống trong môi trường phố thị chẳng nói gì, cứ tè thẳng vào bìm, tôi hỏi mẹ nó sao không “cai bìm” và nhận được câu trả lời “vì nó lười nói, không chịu nói nên mới phải đóng bìm”.

Người mẹ không thấy rằng, chính vì chiếc bìm tiện lợi đó mà đứa trẻ mới chậm nói, vì không còn mấy nhu cầu để mà nói nữa. Mỗi lần tè, bìm thấm xong hết, không khó chịu thì nói làm gì, giao tiếp làm gì, chẳng có nhu cầu nói gì cả.

Khi đứa trẻ tè không bìm và bị ướt, nó sẽ khó chịu, chính sự khó chịu đó sẽ khiến nó học cách giao tiếp với người khác - và nói là cách giao tiếp thứ hai, sau khóc. Khi nó không nói được, nó khóc.

Tôi nhìn đứa trẻ hai tuổi nhỏ xíu khều khều kéo kéo áo tôi và nói ngọng ngịu “tè tè” thấy vui làm sao, thấy may mắn làm sao vì nó không phải đeo bìm. Nó cũng từng là một đứa trẻ bị xem là chậm nói khi còn sống ở môi trường phố thị đóng bìm cả ngày.

21. Tại sao sữa mẹ tốt?

Vì sữa mẹ đến từ chính cơ thể người mẹ, nó được tạo ra trong trường năng lượng sống động đầy yêu thương của người mẹ. Nó chứa "hương vị" của mẹ.

Người mẹ phương Đông chẳng cần ai dạy cũng biết việc nuôi con bằng sữa mẹ là điều tự nhiên, bình thường, tốt nhất. Trong khi người mẹ phương Tây quá lệ thuộc vào sữa công thức, sữa bột pha chế đến độ bây giờ họ cần được dạy lại rằng nuôi con bằng sữa mẹ là tốt nhất và xem đó như một phát hiện lớn lao.

Mọi quảng cáo sữa bột đều có câu "sữa mẹ là tốt nhất cho sức khỏe và sự phát triển của trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ" và mọi quảng cáo đều cố gắng bán sữa bột công thức. Kì lạ!

Hãy hình dung đơn giản, với đứa trẻ, sữa mẹ giống như bữa cơm nhà nấu còn sữa bột giống như việc người ta đi ăn cơm hàng cơm tiệm vậy. Khi đứa trẻ còn quá nhỏ, "cơm nhà" đóng góp phần quan trọng trong việc tạo nên những mối liên hệ mật thiết của nó với cuộc sống nói chung và với chính người mẹ nói riêng.

Nếu bạn sinh con và cơ thể không tạo ra sữa, có lẽ có gì đó sai trong cách cơ thể bạn vận hành, thử tìm hiểu xem nó là gì thay vì chỉ khẳng khẳng vào sự "thần kì" và tinh tiện dụng của sữa công thức.



22. Người mẹ trong k^h nguyên này không nên là “mẹ-bim-sữa”, nhưng nên là người mẹ-nhận-biết.

Khi người mẹ đầy nhận biết, cô ấy sẽ càng ít phụ thuộc các thứ bên ngoài trong việc nuôi nấng đứa trẻ, từ vật chất tới kiến thức. Cô ấy có sẵn bản năng và trực giác bên trong về việc nuôi con mà chẳng cần đọc cả đống sách hay tham gia cả đống khoá học.

Điều đáng buồn là bản năng tự nhiên ấy của người mẹ đang ngày càng suy yếu vì xu thế kiến-thức-ăn-liền của cuộc sống ngày nay mang lại quá nhiều thông tin, khiến người ta cảm thấy rối loạn, bất an lo sợ và không còn chút tự tin nào vào trực giác của bản thân mình.

Khi người mẹ còn quá yếu về mặt tâm lý và tinh thần, cô ấy rất dễ bị tác động và sự tác động này thường là nguyên nhân gây ra chứng trầm cảm sau sinh.

23. Trăm cảm sau sinh là gì?

Nó là hiện tượng khi người mẹ nhận ra rằng cô ấy đã không hề lường trước được, cô ấy đã không thể thích ứng với thực tại mới. Có một khoảng trống bao la giữa nếp sống cũ và nếp sống mới mà chưa được bắc cầu. Người mẹ nhận ra cô ấy đã chưa thực sẵn sàng để làm mẹ như cô ấy nghĩ.

Áp lực từ mọi thứ bủa vây và hơn hết là áp lực người mẹ tự tạo ra cho bản thân mình khi cuộc sống xung quanh hoàn toàn bị đảo lộn. Đây là sự khác biệt mang tính vô-thời-đại: khác biệt của kiến thức suông và cái biết thực.

Ví dụ nhỏ, khi nếp sống của người mẹ bị thay đổi (chuyện căn bản như ăn và ngủ) điều đó cũng đủ tạo ra những thay đổi về mặt tâm lý lẫn hành vi của cô ấy. Và khi tâm trí đang trong đà hỗn loạn, bi quan, thiếu năng lượng thì thứ gì cũng có thể trở nên đáng ghét, đáng sợ, đáng trách.

Nếu cô ấy không thể chia sẻ với ai, những cảm

xúc này sẽ biến thành chất độc làm tổn hại chính cô ấy trước, rồi tới đứa trẻ và những người xung quanh.

Mọi thay đổi nơi người mẹ, đứa trẻ đều cảm nhận được hết, nếu người mẹ liên tục bị quan tiêu cực, sợ hãi, lo lắng chán nản, đứa trẻ cũng sẽ bị nhiễm những năng lượng này, và nếu tình trạng này xảy ra trong thời gian đủ lâu, chúng sẽ hình thành tính cách của đứa trẻ. Tương lai đứa trẻ cũng có khả năng trở nên khó giao tiếp, hay bị quan, tiêu cực.

Vậy nên, điều rất quan trọng đối với người mẹ là một tâm lý vững vàng, không bị xao động bởi những lời so sánh, phán xét xung quanh.

Nhiệm vụ của người chồng lúc này là rất quan trọng, anh ta nên tìm cách để san sẻ gánh nặng và giúp vợ mình tách ra khỏi mọi nguồn mang lại năng lượng xấu xung quanh, đồng hành nhiều hơn cùng cô ấy.

24. Phải phản ứng làm sao khi những người khác liên tục so sánh cân nặng của đứa trẻ?

Đầu tiên là, sao bạn phải bận tâm?

Người xưa người ta quan tâm cân nặng bởi vì thời kì đói kém suy dinh dưỡng, cân nặng chứng tỏ ít nhiều khả năng tồn tại của đứa trẻ, nhưng ngày nay, bao nhiêu đứa trẻ được sinh ra trong tình trạng thiếu dinh dưỡng?

Nếu nó thiếu dinh dưỡng, tức người mẹ đã không có đủ dinh dưỡng để cung cấp cho nó, thế thì người mẹ cần xem xét lại thói quen, lối sống và sở thích ăn uống của mình để điều chỉnh, thế thôi. Có nhiều người bận tâm quá đáng về cân nặng của những đứa trẻ chỉ bởi vì họ... chẳng còn biết nói về điều gì khác. Nếu sự bận tâm của họ không phải sự quan tâm thực mà chỉ mang lại phiền phức không đáng, thế thì hãy nói đùa với họ rằng bạn đang nuôi con chứ không phải nuôi... heo để bán lấy thịt, hoặc, xét về đường dài trong tương lai khi đứa trẻ lớn lên, thực tế cho thấy việc tăng

cân luôn dễ hơn (lẫn ngon hơn) việc giảm cân rất nhiều.

Sự thật về những lời chỉ trích mà bạn cần lưu ý là: nếu bạn tự tin vào bản thân mình, chẳng ai có thể làm phiền lòng bạn về những điều nhỏ nhoi thế. Nhưng thực tế là mọi người mẹ đều bị làm phiền lòng bởi những chuyện rất nhỏ, điều đó chỉ chứng tỏ người mẹ đang có tâm lý rất yếu.

Và khi bạn đang có tâm lý quá yếu ớt, trách người khác là vô duyên hay nhiều chuyện cũng chẳng có tác dụng gì.

Việc bạn cần làm chỉ là: Hãy "mạnh" lên!



25. Tâm lý mạnh của người mẹ đến từ đâu?

Đến từ sự thấu hiểu rằng bạn biết gì đó về đứa trẻ mà người khác - không phải người mẹ - sẽ không biết, và rằng bạn vẫn đang trong quá trình học hỏi để hoàn thiện khả năng làm mẹ, mỗi ngày.

Hãy kiên nhẫn với bản thân, với con và cả với những người xung quanh. Họ chỉ muốn bạn học thật nhanh theo cách của họ. Và họ có lý của họ đấy, cũng như bạn cũng sẽ có lý của bạn, ai cũng có lý của mình. Nhưng nếu xét về bản chất, thói quen áp đặt này của bạn và của người khác là một, chúng không khác nhau đâu.

Bạn không muốn người khác áp đặt ý tưởng của họ vào việc nuôi con của bạn, nhưng bằng cách nào đó, bạn lại đang áp đặt đủ loại ý tưởng của bạn vào đứa trẻ. Chứ không thì, ham muốn đứa trẻ phải thế nọ phải thế kia đến từ đâu?

Ngoài ra, tâm lý mạnh còn đến từ sự chân thành,

chân thực. Nếu ai đó nhận xét điều gì đúng, cứ đồng ý đi, sao phải phản kháng nếu họ nói đúng?

Nếu họ nói con bạn hơi gầy, hãy nói ừ đúng nó hơi gầy, thì sao? Nếu ai đó nói con bạn khóc nhiều quá, thế thì nhận luôn ừ đúng là nó khóc nhiều thật, giờ phải làm sao? Nếu ai đó nói con bạn có cái mũi tẹt, thì ừ mũi nó tẹt, biết làm thế nào?... Sẽ rất khó cho người khác nói mãi về một thứ nếu bạn nhanh chóng tìm ra sự đồng tình với họ.

Ngược lại, việc đồng ý của bạn sẽ khiến họ ít nhiều nhận ra họ đã vô duyên thế nào. Hoặc nếu sự quan tâm của họ là thực, khi bạn hỏi "giờ tôi phải làm sao" có thể người đó sẽ cho bạn một ít kinh nghiệm, nhưng sẽ không còn là sự phán xét nữa. Nó trở thành sự quan tâm.

Ngày nay người ta không còn phân biệt được đâu là sự quan tâm đâu là sự phán xét bởi vì tính chân thực đã chẳng được thể hiện chút nào. Người chân thực sẽ đi kèm giải pháp hoặc sự cảm thông, đó là dấu hiệu. Còn với người không chân thực, nên

tránh xa họ càng nhiều càng tốt hoặc đáp trả lại theo cách khiến họ im lặng.

Ví dụ ai đó so sánh con bạn với con nhà người ta, hãy hỏi lại một câu rất đơn giản: "Con nhà người ta mà bạn đang nói, cụ thể là ai, là con của người nào? Tôi có biết người đó không? Có thể giới thiệu người đó với tôi không? Tôi muốn đến gặp trực tiếp người đó để xác nhận điều bạn nói hoặc để học hỏi..."

Đảm bảo với bạn, nhân vật huyền thoại "con nhà người ta" sẽ rất sớm biến mất khỏi những câu chuyện, và chỉ khi "con nhà người ta" biến mất, con-nhà-bạn mới thực sự được nhìn thấy như nó đang là, không phải như một đối tượng so sánh, nghiên cứu.

Cho nên xét về bản chất, tâm lý mạnh của một người mẹ đến từ việc cô ấy biết bản thân mình, biết mình là ai, ưu nhược của mình là gì. Cô ấy sẽ không ngừng phát huy cái ưu và đồng thời không ngại việc thừa nhận cái nhược để học hỏi và trau

dồi. Cô ấy sẽ không xem mọi lời nhận xét là phán xét nhưng sẽ có khả năng để suy xét cái gì là thích hợp, cái gì không.

Người mẹ càng có óc quan sát tốt, nhiều nhận biết về bản thân, sẽ càng có khả năng tạo ra môi trường tốt nhất cho đứa trẻ, theo cái biết của mình, không phải theo ý kiến của người khác.

Ví dụ, tôi biết tại sao trẻ con hay đi dép trái, nên tôi có thể để mặc đứa trẻ đi dép trái dù những người xung quanh liên tục ý kiến "nó đi dép trái kia, bắt nó đổi lại đi..."



26. Tại sao đứa trẻ hay đi dép trái?

Nó là một việc thuần bản năng. Một đứa trẻ nhỏ có trí thông minh và bản năng của riêng nó để thích nghi với cuộc sống và thế giới.

Khi còn nhỏ, bàn chân của đứa trẻ chưa phát triển toàn diện giống hình dạng bàn chân của người lớn mà thường tròn trịa, mũm mĩm.

Việc xỏ một đôi dép trái giúp cho đôi dép trở nên chặt hơn, ôm hơn vào bàn chân, giúp cho đứa trẻ giữ đôi dép tốt hơn mà không bị tuột ra.

Đứa trẻ đi dép trái sẽ cảm giác tự tin hơn, dễ chịu hơn và thoải mái hơn giống như khi bạn đi một đôi giày vừa chân thay vì một đôi giày rộng vậy.

Nên cho tới khi đôi bàn chân của chúng phát triển hơn thì cứ để mặc chúng đi dép trái đi không vấn đề gì cả.

27. Trẻ thuận tay trái có tốt không?

Tốt! Mọi thứ tự nhiên đều tốt. Không tự nhiên mới... mệt.

Nếu đứa trẻ thuận tay trái: cầm đũa, cầm bút bằng tay trái... hãy cứ để chúng được phát triển một cách tự nhiên đi, đừng gò ép gì cả.

Bán cầu não phải điều khiển bàn tay trái là bán cầu của thơ ca, hội họa, năng khiếu, âm nhạc và nói chung là những thứ liên quan đến nghệ thuật. Việc mọi người nhất nhất bắt bọn trẻ phải dùng tay phải vô tình làm cho bán cầu não trái phát triển mạnh hơn bán cầu não phải. Hệ quả là bọn trẻ mất đi khả năng cảm thụ cuộc sống và đặc biệt là làm yếu đi khả năng sáng tạo của chúng nữa.

Nên xin các bậc cha mẹ đừng gò ép bọn trẻ điều gì cả, xin hãy để cho chúng cơ hội được phát triển tự nhiên. Có vậy đời chúng mới nở hoa và ý nghĩa được!

28. “Tự do là điều kiện để hạt mầm nở hoa”, tự do này nên được hiểu thế nào?

Hiểu theo nghĩa này: Đứa trẻ nên được trao nhiều cơ hội nhất có thể để nó khám phá mọi tiềm năng, mọi khả năng của bản thân, đồng nghĩa với mọi tiềm năng mà cuộc sống có thể mang lại. Đây là tự do.

Cha mẹ nên tạo càng nhiều điều kiện để con cái được trải nghiệm và lựa chọn, nhưng không nên áp đặt. Vì khoảnh khắc cha mẹ bắt đầu áp đặt ý muốn của mình lên đứa trẻ, nó mất khả năng tự lựa chọn cũng như niềm vui của việc tự khám phá bản thân mình. Ví dụ, cha mẹ có thể cho đứa trẻ đi học nhạc, học múa, học vẽ... nhưng nếu nó không thích, thì nên cho nó nghỉ, chứ không phải cứ bắt nó học giỏi mọi thứ cho bằng được. Hành xử như vậy là bắt chước, là không thông minh. Đây là áp đặt!

Ngày một người làm được mọi thứ mình muốn, mãn nguyện với cuộc sống, nghĩa là hạt mầm đã khai mở được các tiềm năng, ta gọi đó là việc “nở hoa”.

29. Có nên theo đuổi việc giáo dục khai phóng?

Nếu cha mẹ chưa được khai phóng khỏi vô minh, tức khỏi tham sân si, sợ hãi, cuồng tín... thì ý tưởng về giáo dục khai phóng cho con chỉ là ảo tưởng. Bạn vẫn có thể cứ làm mọi thứ, nhưng kết quả sau cùng cũng chẳng đáng giá là bao, xét trên đúng nghĩa đen của từ "khai phóng".

Ngay cả ý tưởng giáo dục con, dạy con – theo cách nào đó cũng đã là một ảo tưởng cha mẹ cần xem xét lại. Các cha mẹ hiện đại đa phần đều rất hối hả, vội vàng đòi dạy con mình. Chỉ một số ít người mới nhận ra sự thực rằng việc có con thực ra là một quá trình học của cha mẹ, chứ không phải quá trình dạy. Sau rốt, việc dạy con hoá ra chỉ là cái cớ để cha mẹ học cách trưởng thành.

Chăm hạt mầm là cái cớ để cha mẹ biến mình thành bầu đất tốt, và từ đất tốt đó mà hạt mầm đang chôn giấu bên trong mỗi cha mẹ sẽ có khả năng kết hoa, đơm trái.

Cho nên, giáo dục khai phóng thực sự là việc khai phóng cha mẹ, không phải đứa trẻ. Đó là điều quan trọng cần nhớ.

30. Khi cha mẹ chưa được khai phóng thì có thể làm gì, dạy gì cho bọn trẻ?

Hãy ngẫm lại câu nói rất hay này của Osho, *“Bạn có gì để dạy bọn trẻ? Bạn có đang đầy tràn tình yêu thương? Bạn có sáng tạo, tử bi, thấu hiểu? Bạn có đang hạnh phúc, đang hài lòng với cuộc sống? Bạn có đang mãn nguyện và trân quý cuộc sống này? Nếu chưa, thế thì bạn lấy gì để mà dạy bọn trẻ? Bạn có thể dạy chúng điều gì ngoài những vô ý thức của bạn, tham-sân-si của bạn?”*

Cho nên, việc dạy trẻ đích thực, là việc cha mẹ, thông qua đứa trẻ, tự phát triển và nâng cao phẩm chất của bản thân mình. Phát triển đến đâu, chia sẻ đến đấy. Trưởng thành đến đâu, tạo điều kiện cho trẻ trưởng thành đến đấy.

Chia sẻ cuộc sống của bạn với đứa trẻ, chia sẻ cả những gì bạn có thể và không thể. Đừng vội vàng đòi dạy con khi bạn còn chưa có gì đáng giá để dạy.

Nếu cha mẹ trưởng thành, được khai phóng tâm tưởng, sống cuộc đời tuôn chảy tự nhiên đầy nhận biết thể thì đứa trẻ con của họ là đứa trẻ phúc lành nhất – nó được thừa kế kho báu vô giá nhất từ cha mẹ.

Còn hiện tại, hãy tự hỏi: kho của bạn đang chứa những gì?

Theo quan sát của tôi, đức tính mà mọi cha mẹ cần có đầu tiên, trước mọi thứ khác, mà có lẽ bạn chưa bao giờ nghĩ về nó, đó là sự chân thành.

31. Tại sao cha mẹ cần sự “chân thành”?

Bé T. 5 tuổi, người Pháp, mỗi buổi sáng đều ngồi trước một tô lớn đựng cereal (ngũ cốc) trộn sữa, sáng nào cũng thế, cô bé chỉ múc một hai thìa cho có rồi bỏ dở phần lớn còn lại, người cha sẽ bước đến, cầm tô lên thở dài rồi đổ tất cả vào bồn rửa trước khi đi làm. Khi họ trở về, mọi thứ đều sạch sẽ tinh tươm vì người giúp việc đã dọn dẹp tất cả.

Chúng kiến điều đó đến lần thứ ba, một buổi sáng tôi nói với người cha hãy để tôi lo bữa sáng cho cô bé. Cũng vẫn là cereal nhưng hôm đó tôi bắt đầu đổ một lượng rất nhỏ vào tô, vừa đổ vừa hỏi cô bé là nhiều đây đủ chưa, cô bé liên tục nói “nữa, nữa” tới một điểm thì bé nói “dừng lại, đủ rồi”. Tôi nói rằng cô bé tự quyết định bao nhiêu thì sẽ ăn hết bấy nhiêu chứ, cô bé gật đầu. Rồi tương tự với sữa, tôi cũng để cô bé tự quyết định lượng sữa mà bé muốn. Rồi tôi ngồi nhìn bé ăn, thì thoảng khen

một chút bằng cách thể hiện sự cảm thán “wow” cùng điệu bộ hài hước.

Bữa sáng đó, có lẽ là lần đầu tiên, cô bé ăn hết sạch trơn những gì trong tô mà không thừa lại chút nào, tôi khen ngợi bé và bé rất vui, liên tục mỉm cười và khuôn mặt lộ vẻ tự hào rõ rệt.

Tôi cũng vui vì nghĩ mình đã làm điều gì đó tốt, như là một bài học nhỏ dạy trẻ về việc tự quyết định một điều gì đó (dù rất nhỏ trong cuộc đời như lượng đồ ăn sáng không bỏ phí) – và giúp đứa trẻ cảm nhận niềm vui thuần khiết của việc đó. Cả tôi và cô bé đều vui.

Nhưng người cha của bé, bạn của tôi, thì không vui một chút nào. Khi ấy anh chàng không nói gì nhưng mãi sau này mới nói với tôi rằng khi đó anh ấy đã rất giận. Anh ấy đã giận tới mức không nói được một lời nào, gần như là giận tái mặt, bởi vì tôi đã chứng tỏ rằng anh ấy là người cha không-đủ-tốt.

Trời đất, tôi ngạc nhiên khi anh ấy chỉ nhìn thấy mỗi điều tiêu cực như vậy, và đó cũng là khi tôi nhận ra các cha mẹ có thể nhạy cảm đến thế nào, đóng trái tim và đôi mắt đến thế nào khi cảm thấy mình bị "tấn công" - kể cả khi chẳng ai thật sự có ý tấn công bạn như bạn nghĩ.

Khi anh chàng nói ra điều đó, rằng cảm thấy bị tổn thương vì cô bé đã không những ăn hết, không lãng phí mà còn rất nghe lời tôi mọi sự trong vui vẻ chứ không cau có như khi ở cùng anh ấy, anh ấy cảm thấy rất giận.

Tôi nói với anh, nếu điều đó khiến anh cảm thấy giận, thế thì bây giờ đến lượt tôi cảm thấy giận. Chính anh là người đã đề nghị tôi một vài góc nhìn khác trong việc nuôi dạy con và khi tôi chỉ nó ra cho anh, anh lại xem tôi như một dạng kẻ thù, một loại đối thủ.

Khi tôi chỉ cho các cha mẹ thấy điểm chưa tốt

của họ nếu họ muốn cải thiện, thường thì tôi nhận được nhiều tức giận hơn là cảm ơn, thế thì, bạn tự trả lời đi, sự chân thành của cha mẹ trong việc trở thành người tốt hơn nằm ở đâu? Liệu rằng ý tưởng "trở thành tốt hơn" chỉ là một sự nguy hiểm và giả dối?

Dần dà, tôi học cách chẳng nói ra một lời nào, nếu như người ta không trả tiền cho tôi để nói, bởi vì lời khuyên dù chân thành nhưng khi nó miễn phí, dễ dàng quá thì dù nó có thể hay và tốt đến đâu, đôi khi cũng sẽ bị đối phương xem như sự phán xét và tấn công, mà tôi thì chẳng có nhu cầu phán xét hay tấn công ai chút nào.

Nhưng càng nghĩ càng khó hiểu, bất cứ khi nào ai đó chỉ cho bạn cái chưa tốt, đột nhiên bạn xem người đó như kẻ thù mà chẳng bạn tâm suy xét điều người đó nói có đúng hay không.

Sự bao la trong tình yêu của cha mẹ dành cho con cái thì không thể chối cãi, nhưng sự chân thành trong trái tim của họ lại là một dấu chấm hỏi lớn lao.

Hoặc như Osho nói một câu tương tự rất hay trong cuốn “Một hạt mầm”: “Tôi không nghi ngờ sự chân thành của các cha mẹ trong việc nuôi dạy con, nhưng tôi nghi ngờ trí thông minh của họ.”

Cha mẹ chân thành và thông minh là những cha mẹ sẽ làm mọi cách để giúp đứa trẻ tự lập, độc lập khỏi bản thân họ, càng sớm không cần đến họ càng tốt. Điều đó rất đi ngược bản ngã của mỗi người, do đó mà có khó khăn.

32. Làm sao để trẻ tự lập?

Một lần, tôi đến thăm nhà một cặp vợ chồng học thức cao, sau cả ngày sinh hoạt cùng gia đình họ tôi chỉ vui vẻ quan sát, chẳng bận tâm nói gì về việc nuôi dạy con của họ, cho tới một điểm khi người mẹ lên tiếng hỏi tôi rằng, "Giờ phải làm sao để con tôi tự lập hơn đây, chứ nó chẳng thể tự mình làm gì cả."

Vi cô ấy hỏi, tôi trả lời, "Theo tôi quan sát thấy, chính chị là người đang không cho nó cơ hội để trưởng thành, để tự lập. Làm sao mà nó tự lập được khi mà từng việc nhỏ nhất chị cũng làm cho nó, việc gì chị cũng cố can thiệp vào. Cả một ngày, tôi chưa từng thấy nó được làm bất cứ điều gì tự thân tự tại mà không bị chị cho ý kiến. Nó xem tivi chị bảo nó phải chỉnh dáng ngồi, khi nó ăn chị cũng cố can thiệp, bảo nó hãy ăn thêm cái này, đừng ăn cái này bị dính răng - nó lớn thế chẳng lẽ không biết ăn cái gì? Rồi ăn xong nó đứng lên về

trước chị cũng dặn phải nó phải đi đứng như này, bước ra đường phải cẩn thận như kia. Trời ơi thanh niên mười mấy tuổi mà bị đối xử không khác gì một con búp bê hoặc đứa trẻ ba tuổi. Chăm nó tới kẽ răng như vậy (đúng nghĩa đen) và chị muốn nó tự lập? Cơ hội nào cho nó tự lập? Chị mới một ngày quan sát thôi mà tôi đã thấy nó đáng thương biết bao và là đứa trẻ có ít tự do thế nào. Chưa kể chị còn liên tục nhắc đi nhắc lại rằng nó may mắn bao nhiêu. Tôi thực sự cảm thấy tội nghiệp cho nó. Và nếu nó không tự lập, lỗi không phải tại nó đâu."

Khỏi nói, người mẹ đã rất giận khi nghe điều đó. Có lẽ vì tôi đã không khôn khéo ý nhị khi truyền đạt thông điệp, nhưng tại sao tôi phải khôn khéo ý nhị? Nếu bạn không chịu được đau và sự thẳng thắn, lỗi tại ai? Cho nên đừng đòi hỏi con trưởng thành, tự lập khi mà cha mẹ còn khư khư ôm giữ những hành xử hết quản tù của mình như thế.

Và tôi nghĩ mọi cha mẹ hãy nên ghi nhớ điều này

trong hành trình nuôi dạy con cái, rằng: Nếu ai đó chọc vào vết thương bạn và khiến bạn bị đau, khoan bận tâm người kia là bạn hay thù, hãy biết rằng bạn đang có vết thương cần chữa trước đã – biết rằng mình đau là do bản ngã của mình còn đó. Khả năng khởi lên mong muốn làm việc với chính bản thân mình trước, đó chính là sự chân thành.

Sự chân thành của cha mẹ chính là chìa khoá mở trái tim của con cái. Thừa nhận mình chưa tốt là dấu hiệu của sự chân thành.

Và chân thành hơn nữa là việc ghi nhận những người nói ra điểm chưa tốt của bạn, thay vì ghét bỏ hay thù hận họ. Khả năng học hỏi từ kinh nghiệm của những người khác sẽ giúp bạn đi nhanh hơn rất nhiều trên con đường trưởng thành tâm linh.

Và bạn càng đi nhanh bao nhiêu thì con bạn càng được "nhờ" nhiều bấy nhiêu.

Cha mẹ càng nhiều nhận biết sẽ càng vững vàng tâm lý. Điều ngược đời là người càng vững vàng thì lại càng linh động, càng dễ thích nghi, tích hợp, buông xả thành thơi chứ không hề cứng nhắc một chút nào.

Nếu bạn còn nhiều cứng nhắc trong hành trình làm cha mẹ, hãy ý thức làm mềm mình ra đã. Bởi vì khi đất quá cứng hạt mầm sẽ khó đâm chồi.

Những cơn mưa là cách làm đất mềm ra, thay vì chống đối những cơn mưa, hãy học cách mở lòng tiếp nhận.

Và trong hành trình đó, nếu cuốn sách nhỏ này có thể làm mềm bạn ra một chút, chỉ một chút thôi - đó là điều thật sự rất đáng ăn mừng.

Và nếu chúng ta may mắn có thể làm cho càng nhiều cha mẹ "mềm ra", hàng vạn hạt mầm đang bị lèn chặt trong đất lại sẽ có khả năng đâm chồi vươn lên mặt đất.

Khi đó, trái đất bao la này sẽ lại có thể trở thành vườn địa đàng một lần nữa với sự hiện diện của muôn vàn hoa thơm quả ngọt - bên cạnh cây cải trời.



33. Dạy con từ thừa lên ba có nghĩa gì?

Nghĩa là ở độ tuổi này, đứa trẻ bắt đầu có ý thức, có thể hiểu và khả năng ghi nhớ - nó có khả năng học hỏi. Dạy một đứa trẻ khi nó đã có khả năng học và phản hồi, chỉ thế thì bạn mới không lãng phí thời gian và năng lượng của mình lẫn của đứa trẻ.

Ông bà ta đã quan sát và đúc kết rằng độ tuổi lên ba là thời điểm tuyệt vời nhất trong việc hình thành "khuôn mẫu sống", và nếu bạn có những đường hướng dẫn tư duy đúng đắn, đứa trẻ sẽ học được cực kì nhanh, những đường hướng trong tư duy và hành động này sẽ tạo thành nền móng cho cả cuộc đời nó sau này.

Khi đứa trẻ bắt đầu có ý thức - đó là khi chúng ta bắt đầu đặt những viên đá nền tảng cho cuộc đời nó. Đây là lúc cha mẹ cần chú ý cao nhất về mọi lời nói, hành vi lẫn hành xử của mình. Bạn quan sát con bạn để biết tuổi ý thức của nó là mấy, không nhất thiết cứ là ba. Mỗi đứa trẻ là khác nhau.

34. Còn về “Thương cho roi cho vọt” thì sao?

Điều cần nhớ là tùy thuộc vào bối cảnh lịch sử của các dân tộc trong từng thời đại mà người mỗi thời lại có cách thức và tư duy nuôi dạy trẻ khác nhau. Ví dụ thời chiến, thời đói khổ, người ta cần nhất là việc học kĩ luật để sinh tồn. Dân tộc Nhật Bản với những thiên tai liên miên và dân tộc Do Thái với chiến tranh liên miên, trẻ con của hai dân tộc này được học ý thức kỉ luật từ sớm, rất sớm.

Để dạy kĩ luật thì hình ảnh “chiếc roi” là biểu tượng hiệu quả.

Thậm chí triết lý dạy trẻ của người Do Thái cho đến giờ vẫn là “Vô cùng tàn nhẫn, vô cùng yêu thương”. Trong khi triết lý nuôi dạy trẻ của Nhật thì chú trọng kỉ luật trong việc gầy dựng sự tự lập và khả năng tôn trọng người khác.

Người Việt, thời quá khứ cũng đối mặt với chiến tranh, thiên tai đói kém, triết lý dạy trẻ của ông bà cũng giống như người Do Thái là “tàn nhẫn để yêu thương”, đó là lý do ra đời của câu “Thương cho

roi cho vọt". Nó đẹp và cần thiết trong thời đại đó với bối cảnh xã hội đó.

Nhưng thời hiện đại, thời bình, nếu cha mẹ hiểu lời dạy đó theo đúng nghĩa đen là phải đánh đập con cái để nó nghe lời, thì cha mẹ đó chỉ chứng tỏ là những người ngu, người bất lực. Chỉ trong bất lực người ta mới phải bạo động như thế. Bạo động là kết quả biểu hiện của người bất lực. Và người bất lực thường là người không khôn ngoan. Ác trong thời chiến có thể là biểu hiện của tình thương nhưng ác trong hiện tại, là biểu hiện của sự ngu dốt và kém cỏi.

Thời hiện đại, cha mẹ thông minh sẽ biết hiểu câu nói "thương cho roi cho vọt" nghĩa là việc cho con một số khuôn phép để nó có thể học tính kỉ luật, học tính thích nghi. Tùy vào sự thông minh và quyết tâm của cha mẹ mà họ có cách để ứng dụng lời dạy này cho hiệu quả.

Ví dụ nhiều cha mẹ thông thái sẽ biết cách tạo

điều kiện cho trẻ học lao động, làm việc nhà, trải nghiệm một số tình huống sống thiếu thốn để nó biết trân quý hơn những gì nó đang có, qua đó dạy nó về những bài học cuộc sống.

Hiện nay có nhiều khoá trại mùa hè cho trẻ trải nghiệm nhiều thứ, làm nhiều thứ, đây cũng là ý hay nhưng sẽ không hiệu quả nhiều, bởi vì khi trải nghiệm quá ngắn và không đủ sự tự nhiên, nó không thể hình thành nên ý nghĩa của trải nghiệm. Ví dụ, cho trẻ giả làm công việc một bác sĩ, điều này chẳng có nghĩa gì mấy. Nhưng nếu cho nó một vài ngày đi cùng ông bà, chú bác ra đồng làm việc, chắc chắn nó sẽ học được nhiều hơn rất nhiều.

Điều không-tốt thường thấy ngày nay của các cha mẹ mù quáng là họ quá thương con đến nỗi khẳng định một điều vô minh: "Tôi muốn cho con tôi mọi thứ, để nó không bị khổ."

35. Tại sao không muốn con khổ lại là điều không tốt?

Bất cứ ai còn né tránh khổ, thì sẽ còn gặp khổ dài dài.

Bất cứ ai còn chưa nhận ra giá trị của khổ, thì chứng tỏ người đó còn chưa nhiều nhận biết.

Mọi người trưởng thành và chín muồi về nhận biết đều sẽ thấy rằng chính trong khổ mà người ta học cách trưởng thành. Chính phải trải qua khổ mà người ta mới có cơ sở để biết thế nào là sung sướng. Người không biết khổ cũng sẽ không thể biết sướng là gì. Đó là lý do ngày nay trẻ con rất mệt và chán nản khi cứ phải nghe cha mẹ nói nó đang sung sướng và may mắn thế nào, nó không thể biết là nó đang sướng hay đang may mắn đâu, vì nó chưa từng biết khổ.

Trẻ con ngày nay không có điều kiện để được nếm hương vị của khổ, vì thế mà khả năng tận hưởng cuộc sống và tôn trọng cuộc sống của linh hồn cũng bị suy giảm trầm trọng.

Tất nhiên cha mẹ cũng không cần phải cầu cho con được nếm nhiều khổ, không cần thiết, khổ sẽ tự đến với tất cả mọi người dưới muôn hình vạn trạng bất kể bạn là ai hay đứa trẻ là con ai.

Cái gì không thể tránh được, sao phải cố làm điều vô ích? Tốt hơn cả là hãy huấn luyện bản thân và dạy lũ trẻ cách thức đương đầu với khổ và ra khỏi nó thật hiệu quả.

Có nhiều loại khổ, khổ vật chất và khổ tinh thần. Cha mẹ khi nói rằng họ mong con không khổ có lẽ họ chỉ có ý về khổ vật chất. Nhưng ngay cả thế nữa, bạn vẫn chưa hiểu một điều vô cùng bản chất của cuộc sống:

Có một niềm vui vô cùng mà chỉ con người mới có, một ân huệ lớn lao mà chỉ con người mới có khả năng cảm thụ: đó là khả năng thấu khổ và tìm cách thoát ra khỏi khổ - căn nguyên của hành trình tâm linh, của chứng ngộ.

Loại bỏ khổ ra khỏi cuộc sống cũng giống việc chối bỏ ân huệ là người, ân huệ nở hoa hạt mầm phật tính.

36. Chúng ta có nên dạy con theo kiểu người Nhật hay người Do Thái?

Không - vì lý do đơn giản: chúng ta không phải người Nhật, cũng không phải người Do Thái. Mang triết lý của dân tộc khác và ứng dụng một cách bừa bãi là rất không thông minh.

Mỗi đứa trẻ khi được sinh ra tại một nơi nào hay trong đất nước nào, nó sẽ được thừa kế mọi tinh hoa của vùng đất lẫn tính cách của dân tộc đó, chứ không chỉ mỗi bộ gen của cha mẹ.

Mỗi dân tộc lại có cách nuôi dạy và giáo dục trẻ khác nhau, dựa trên những điều kiện tự nhiên của vùng đất ấy, từ thổ nhưỡng địa lý cho tới lịch sử địa chính trị. Chính vì vậy, biết về cách thức giáo dục trẻ của dân tộc khác là điều quan trọng, nhưng không nên cường tín.

Tôi đã phỏng vấn hai người bạn, một người Nhật và một người Do Thái để hiểu cận kề hơn về

triết lý giáo dục của đất nước họ, từ góc nhìn bên trong, để thấy cả ưu điểm lẫn nhược điểm. Chính vì thế mà tôi có thể đưa ra kết luận rằng: mọi triết lý và phương cách giáo dục đều có cả ưu lẫn nhược, không triết lý nào hoàn hảo đáng bắt chước 100%. Vì kể cả chính người dân Nhật lẫn người Do Thái đều đang có rất nhiều điểm không hài lòng với hệ thống giáo dục của họ. Tương tự với những đất nước có nền giáo dục tiên tiến nhất ở Tây Âu như Đức, Phần Lan... Tôi đã gặp và quan sát họ nhưng vẫn không thấy ai đạt tới điểm có cuộc đời mãn nguyện, vui vẻ, hạnh phúc trong tinh đạo – tinh nhận biết, buông xuôi, thành thoi cả.

Nhân loại mới cần một loại giáo dục mới và nó có thể mới đến nỗi trước giờ chưa từng có tiền lệ, thế thì việc của chúng ta là phải nghiên cứu, tìm hiểu và tạo ra nó.

Ví dụ, tính kỉ luật và tập trung của người Do Thái tạo ra sự hiệu quả và sáng tạo, thế thì chúng ta

nên tìm hiểu họ đã tạo ra kỉ luật và tập trung như thế nào, rồi tạo ra phương cách mới phù hợp với văn hoá và hoàn cảnh cuộc sống của chúng ta, điều này không dễ, nhưng không phải là không thể.

Trong khi tại Nhật, giá trị về cách cư xử, sự hợp tác và tính tôn trọng dường như là những yếu tố được đề cao hàng đầu. Điều này cũng đúng với bối cảnh một đất nước liên tục đối mặt với nhiều thiên tai hoạn nạn thì sự hợp tác, cách hành xử theo luật lẫn tính kỉ luật là điều vô cùng quan trọng để sống còn và vượt qua khó khăn. Cộng với thực trạng dân số già hoá cao tại Nhật đã tạo ra những quy luật phép tắc ứng xử mang nhiều tính khuôn phép hơn mà chắc chắn sẽ khác với những quốc gia có dân số trẻ.

Rất khó cho một đứa trẻ Nhật thoát ra khỏi cách hành xử già và cũng khó cho người trẻ Do Thái được biết sự vô tư.

37. Vậy chúng ta nên dạy con kiểu nào?

Dạy con sống trong nhận biết. Đó là phẩm chất duy nhất có giá trị bất biến, bất kể thời gian, thời đại hay vùng địa lý nào.

Không có nhận biết thì bao nhiêu của cải vật chất hay kiến thức hay tiến bộ văn minh nào cũng chẳng mang lại bao nhiêu giá trị.

Có nhận biết, người ta có khả năng đương đầu mọi khó khăn và dùng nó như bàn đạp để đạt nhiều thành tựu trong cuộc sống.

Không có nhận biết, kỉ luật biến người ta thành như cỗ máy vô tri. Có nhận biết, kỉ luật trở thành một trong những lực đẩy lớn nhất khiến người ta đạt mọi điều mình muốn.

Phúc lành lớn nhất của nghiệp làm cha mẹ - là có một người con nở hoa trong tính nhận biết tràn đầy - đứa-trẻ-Phật!

38. Làm sao để dạy con sống trong nhận biết?

Ghi nhớ điều này, “Đứa trẻ không nhất thiết luôn nghe bạn đâu, nhưng nó đang dõi theo bạn. Nên hãy thận trọng trong từng hành động của mình nếu bạn không muốn đứa trẻ học theo.”

Để dạy con sống trong nhận biết thì bạn - tự bản thân bạn phải học cách để sống trong nhận biết, con bạn sẽ thấy, nó sẽ soi gương thậm chí không cần bạn phải dạy dỗ gì.

Như đã nói, người cha mẹ một khi đã sống trong nhận biết sẽ nhận thấy ngay rằng không có việc gì gọi là “dạy-con”. Giải thích thì không phải là dạy dỗ, thấu hiểu cũng không phải là dạy dỗ. Dạy-dỗ người khác là nỗ lực vô dụng, thậm chí có phần bạo hành, không tôn trọng đối phương.

Bước đầu của việc làm cha mẹ nhận biết, là thay từ dạy dỗ bằng thấu hiểu.

Không có sự thấu hiểu giữa cha mẹ và con cái - hay khoảng cách thế hệ - chính là lý do khiến một đứa trẻ bị xem là “hư”.

39. Tại sao trẻ hư?

Đơn giản vì nó không hiểu chuyện hoặc chưa có khả năng hiểu chuyện.

Tại sao nó không hiểu chuyện?

Vì cha mẹ chưa đủ kiên nhẫn và yêu thương để giúp nó hiểu. Hoặc chưa đủ thông minh để làm cho vấn đề đủ đơn giản để nó hiểu.

Tôi chưa thấy đứa trẻ nào có cha mẹ từ tốn giải thích mọi chuyện cho nó một cách rõ ràng, chân thực mà nó lại không hiểu và đi hành xử tệ cả.

Nhưng tôi đã thấy rất nhiều cha mẹ lặp đi lặp lại câu "chuyện này không dễ giải thích được, con không hiểu đâu" hoặc "lớn lên rồi con sẽ hiểu..." và sau đó họ ngạc nhiên khi con họ thực sự không hiểu.

Khi không thấy vấn đề theo góc nhìn của cha mẹ, tất nhiên hành xử của nó sẽ đi ra ngoài sự chấp nhận của cha mẹ.

Và theo chiều ngược lại cũng đúng, cha mẹ khi không hiểu vấn đề bằng đôi mắt của con trẻ thì họ cũng thường tạo ra rất nhiều khó khăn cho đứa trẻ một cách không cần thiết.

40. Bất hạnh của đứa trẻ “ngậm thìa vàng”?

Đứa trẻ sinh ra và lớn lên mà luôn có tất cả mọi thứ, không cần nỗ lực gì, không cần cố gắng gì, thế thì một cách tự nhiên ý chí của nó rất yếu, nghị lực vươn lên của nó cũng yếu, khả năng thích nghi với biến động của cuộc đời thực cũng không nhiều.

Khi tính linh động này bị mất, thế giới của nó bị bó hẹp lại.

Ví dụ, một đứa trẻ bình thường được ăn rất nhiều loại trái cây đa dạng phong phú, nhưng đứa trẻ nhà giàu sẽ chỉ ăn một vài loại trái cây nhập khẩu đắt tiền - thế thì cảm quan về hương vị của nó cũng sẽ không giàu có và phong phú được. Chưa kể, vị giác của nó có thể bị đóng khung và nó không còn khả năng tận hưởng những khác biệt về hương vị của cuộc sống.

Trẻ nhà nghèo ăn mọi thứ và nhờ đó, hệ tiêu hoá của nó hoạt động bình thường, hiệu quả, trong khi một đứa trẻ nhà giàu có mẹ bị ám ảnh về đồ thực phẩm hữu cơ sẽ không thể tận hưởng được quá nhiều niềm vui trong ăn uống như đứa kia. Và sau này khi lớn, cơ thể của nó sẽ từ chối tiếp nhận nhiều loại thực phẩm, điều này tạo khả năng khiến nó khó có cuộc sống khoẻ mạnh bình thường. Ví dụ như dễ gặp các loại dị ứng. Càng nhiều dị ứng, càng khó sống.

Tôi quan sát hai đứa trẻ, Jeanne – bé gái 5 tuổi người Pháp, nhất định không ăn một loại quả nào ngoại trừ quả quít Mỹ mà nó từng ăn hồi nhỏ. Trong khi Du Mây, 4 tuổi, thích thú nếm thử và ăn các loại quả một cách ngon lành. Thậm chí có thể nói con bé rất "tham" mỗi khi được ăn trái cây: miệng đang nhai nhưng hai tay luôn thủ sẵn hai quả khác... Nhìn cảnh một đứa trẻ tham trái cây sao mà đáng yêu.

Khi đứa trẻ càng ít thích thực phẩm tự nhiên, nó sẽ có xu hướng thích thực phẩm nhân tạo. Về dài, điều này hoàn toàn không có lợi.

41. Thứ đồ ăn tốt nhất cho trẻ?

Khi đưa trẻ bắt đầu quan tâm đồ ăn, hãy cho nó ăn thật nhiều trái cây và các thứ thực phẩm càng gần trạng thái tự nhiên càng tốt, như rau củ luộc, thay vì sinh tố nước ép. Chuối là một loại thực phẩm tuyệt vời khi trẻ ăn dặm thay vì mỗi bánh quy.

Nếu người mẹ thích ăn trái cây và thường xuyên cho gia đình ăn đủ thứ, thế thì đứa trẻ nhất định sẽ được hưởng xài sở thích này bởi vì ban đầu nó sẽ cần mẹ giúp bóc vỏ, cắt nhỏ. Người mẹ chăm làm, đứa trẻ chăm ăn.

Nhưng nếu người mẹ chỉ thích đồ ăn vặt thực phẩm công nghiệp, đó sẽ là một thiệt thòi lớn cho đứa trẻ về phương diện sức khoẻ lẫn tâm linh.

Là người đã được "giải phóng" khỏi rất nhiều áp lực cuộc sống chỉ nhờ sở thích ăn trái cây, nên tôi thấy những đứa trẻ không thích ăn trái cây thực sự là một thiệt thòi.

Thực phẩm tốt nhất cho đứa trẻ nói riêng và con người nói chung, là những thực phẩm càng gần với trạng thái tự nhiên và càng ít qua chế biến càng tốt, trái cây là một trong những ứng viên tuyệt vời.

Tuy nhiên, tôi cũng từng nghe một cô bạn hơn ba mươi tuổi vẫn khoe việc mẹ cô ấy, gần sáu mươi, đến mùa vẫn bóc vỏ chôm chôm, tách bỏ hạt và để tủ lạnh sẵn cho cô ấy thì tôi lại thấy điều này có hơi... quá đáng.

Việc đứa trẻ phải tham gia vào việc chọn quả, bóc vỏ, bỏ hạt... tất cả những công đoạn này đều mang giá trị bao la trong việc giúp nó gầy dựng nhiều nhận biết về các giác quan của bản thân lẫn nhận biết về thế giới xung quanh.

Khi đứa trẻ còn hào hứng và chăm ăn mọi thứ, bạn hãy tìm cách giúp nó ăn nhiều trái cây rau củ, trước khi nó chuyển qua thích đồ công nghiệp. Nó sẽ biết ơn bạn sau này về sự giúp đỡ này.

42. Có nên cho trẻ ăn đúng giờ?

Đúng giờ... nhưng giờ của ai? Của trẻ hay của người lớn?

Du Phong, 6 tuổi, đi học về đói bụng, thấy đĩa nem chiên trên bàn liền muốn lấy một cái ăn ngay. Mẹ nó thấy kêu nó không được ăn lúc này, để bụng một lát nữa ăn cơm cho đúng bữa, cho ngon miệng. Nó ấm ức chạy đi, vừa chạy vừa hét: **"Lúc người ta muốn ăn thì không cho ăn, lúc người ta không muốn ăn thì bắt ăn!"**

Một câu nói ngây thơ của đứa trẻ nhưng xứng đáng được in ra và treo trang trọng trong mọi phòng ăn gia đình, như một lời nhắc nhở mọi cha mẹ về việc tôn trọng giờ giấc và nhu cầu của đứa trẻ, thay vì của cha mẹ.

Khi đứa trẻ đói, nó nhất định sẽ ăn và sẽ ăn một cách ngon lành – đây là bản năng tự nhiên chẳng cần huấn luyện hay bất cứ điều kiện gì. Và khi nó không đói hay không muốn ăn, bạn không tôn trọng điều đơn giản đó, bạn cứ liên tục thúc ép. Bạn áp đặt giờ giấc nào đó vào việc ăn uống của

đứa trẻ thay vì quan sát đồng hồ sinh học tự nhiên của con, đây là một trong số những lý do ngắn gọn khiến hành trình làm cha mẹ trở thành một cơn ác mộng.

Không chỉ bạn khổ sở trong mỗi giờ ăn của con đâu, con còn khổ hơn bạn rất nhiều lần. Không tin cứ thử tự mình trải nghiệm việc bị ép phải ăn khi không đói hoặc việc vừa ăn vừa bị nghe chửi mắng la hét mà xem.

Trong các bữa tiệc gia đình, trẻ con nên có một mâm riêng và nên ăn khi chúng đói, thường là trước bữa của người lớn. Và khi tới giờ bữa tiệc chính chúng sẽ chạy đi chơi trong khi người lớn có thể nhẫn nha ăn uống, không nhất thiết cứ phải ngồi chung mâm để rồi toàn tiếng quát mắng om sòm cả bữa ăn.

P/s thêm cho bạn một điều lưu ý quan trọng: không mở tivi, youtube trong giờ ăn. Dịp khác tôi sẽ giải thích sâu vì nếu không cuốn sách này sẽ không còn là "hạt mầm nhỏ" nữa.

43. Vui chơi

Lý do đưa trẻ ngày nay không thường xuyên đi, là vì nó luôn có quá nhiều thứ đồ ăn vặt, và đặc biệt là vì nó quá thiếu cơ hội vận động cơ thể vật lý.

Việc ngồi im một chỗ xem tivi làm sao khiến nó đói cho bằng việc chạy nhảy ngoài sân? Và lý do nó không được chạy nhảy đa phần cũng là vì bạn, bạn sợ trời nắng, bạn sợ nó đổ mồ hôi, bạn sợ tiếng ồn, bạn sợ nó làm bẩn áo...

Sẽ thật tốt nếu chúng ta có thể cùng nhau tạo ra thật nhiều không gian xanh an toàn cho đứa trẻ vui chơi. Việc trẻ con thiếu không gian an toàn thân thiện để vận động nên được xem như là một trong những vấn đề lớn của văn hoá và giáo dục.

Hay nếu bạn có điều kiện và chút khả năng sáng tạo, bạn có thể biến không gian trống trong sân nhà bạn hoặc một mảnh đất hoang thành một khuôn viên nhỏ với bãi cát, bể nuôi cá và cả những

loài động vật thân thiện nho nhỏ như chó mèo... Tất nhiên không thể thiếu những trò chơi vượt chướng ngại vật đơn giản như leo trèo, xích đu, cầu tuột... Và bạn hoàn toàn có thể thu phí những cha mẹ sống trong khu vực này để bọn trẻ có thể đến chơi bất cứ lúc nào. Tôi tin nhiều cha mẹ sẵn sàng chi trả vài trăm/tháng để con họ có không gian vui chơi an toàn, thân thiện và rời xa cái tivi.

Một khoảng sân tầm 20-30 mét vuông với vài ba cây xanh lớn tạo bóng mát cũng đủ. Cây ăn trái là tốt nhất. Và nếu bọn trẻ có thể hái trái ăn khi mùa đến: ổi, xoài, mận... thế thì còn gì bằng.

Nhưng điều đáng buồn ngày nay là, sân chơi có thể được tạo ra nhưng một khi bọn trẻ đã bị nghiện tivi hay điện thoại rồi thì không dễ để khiến chúng vận động được nữa.

44. Làm sao để giúp trẻ cai tivi?

Một phương án cực kì đơn giản: Loại bỏ luôn chiếc tivi ra khỏi phòng khách/căn nhà của bạn. Bạn sẽ ngạc nhiên khi thấy rằng hoá ra trong nhà không có tivi hoàn toàn không vấn đề gì cả.

Nhà hiện tại của tôi không có tivi, một vài độc giả đến thăm đã bị "kinh ngạc" vì điều đó, sau khi trở về nhà, họ đã bỏ luôn chiếc tivi ra khỏi phòng khách và vui sướng vỡ òa khi thấy cuộc sống tình cảm của gia đình gia tăng đáng kể.

Một độc giả khác sau khi nghe tôi nói về việc nhà không cần tivi đã ra điều kiện với chồng, hoặc anh bỏ tivi, hoặc em mang con đi nơi khác ở. Anh chồng đành bỏ tivi và cả gia đình "bổn dưỡng" được dành rất nhiều thời gian bên nhau. Ban đầu chắc chắn sẽ còn chút bỡ ngỡ và thiếu vắng nhưng dần dà ai cũng quen đi và thấy cuộc sống không có tivi quả thực dễ dàng và ít nhất là cũng đỡ... ồn hơn rất nhiều.

Nhưng vấn đề không phải là chiếc tivi, vấn đề là bạn đã "lợi dụng" chiếc tivi như một người trông

trẻ miễn phí từ khi đứa trẻ còn nhỏ. Bạn dùng tivi như người bạn, người thầy, người đánh lạc hướng cho đứa trẻ trong mọi hoạt động ăn và ngủ, và giờ thì đã quá trễ, giờ nó đã bị nghiện và rồi bạn đổ lỗi cho cái tivi và trách đứa trẻ.

Hãy nghiêm túc trả lời câu hỏi này: nếu bỏ cái tivi đi, toàn bộ thời gian đứa trẻ rảnh rỗi và đòi chơi, ai sẽ là người chịu trách nhiệm chơi với chúng? Bạn có chắc mình sẵn sàng muốn dành vài tiếng mỗi ngày để thay thế chiếc tivi để chơi, để làm bạn với con của bạn? Nếu không, ít nhất cũng đừng trách đứa trẻ lẫn cái tivi nữa. Thay vào đó, học cách dùng tivi hiệu quả nhất có thể thì tốt hơn.



45. Làm sao để dùng tivi hiệu quả?

Ban đầu khi trẻ còn nhỏ, hãy dùng tivi để mở nhạc, âm nhạc đẹp với phong cảnh đẹp và muông thú. Biến tivi thành nguồn phát ra những giai điệu và âm thanh đẹp (nhạc thiền, giao hưởng, thính phòng...) chứ không phải những tiếng ồn ào và những nội dung hổ lốn.

Khi trẻ lớn hơn và bắt đầu có ý thích riêng, nó bắt đầu rất thích tivi, đừng xem chiếc tivi như người trông trẻ miễn phí. Trẻ nhỏ thích xem hoạt hình, hoạt hình là thứ rất tuyệt vời giúp bọn trẻ học được nhiều thứ. Hãy cho chúng xem nhiều hoạt hình, đặc biệt những phim hoạt hình mang tính giáo dục.

Khi trẻ lớn hơn nữa và bắt đầu "ghiền" chiếc tivi, hãy xem tivi như một cách để đưa trẻ vào kỉ luật. Ví dụ nếu trẻ ngồi học 30 phút sẽ được xem tivi 30 phút, ngồi bàn học một tiếng sẽ được xem tivi một tiếng.

Tivi không phải là thứ tệ hại chút nào nếu bạn tin

tưởng vào trí thông minh của con bạn.

Ví dụ Du Phong xem phim võ thuật đánh nhau thì rất muốn học võ, nó tưởng học võ có thể khiến nó đánh nhau ngẫu như trên phim, nhưng chỉ sau một hai tháng đi học võ taekondo với những tư thế đứng tấn và các động tác căn bản, con liền chán ngấy và không muốn đi học nữa. Đối với mọi người có thể coi đây là một sự không kiên trì và bỏ cuộc nhưng với tôi thì tôi thấy rằng đây là một nhận biết rất tốt. Con học được rằng võ thuật không phải thứ dễ dàng và cũng chẳng vui nhiều như con nghĩ. Con học được bài học về buông cái tham.

Tivi ngày nay có tác dụng giáo dục rất lớn, nếu con bạn đủ thông minh và nhận biết, việc xem tivi là một hình thức giáo dục khai phóng tuyệt vời. Nó sẽ cho đứa trẻ thấy rất nhiều góc độ khác nhau của cuộc sống lẫn những khả năng mà cuộc sống có thể mang lại. Nhưng nếu con bạn không thông minh, thế thì nó sẽ nghiện tivi và trở nên ù lì thụ động như cục đất. Nỗi sợ của cha mẹ, truy

sâu mà nói, không phải là nỗi sợ tivi, mà là nỗi sợ con mình không đủ thông minh để biết cái gì nên học và cái gì không.

Nhưng làm sao một đứa trẻ trở nên thông minh nếu nó không được thử qua rất nhiều cái sai và cái ngu khác?

Tôi từng gặp những cha mẹ cấm hẳn con cái xem tivi hoặc tiếp cận điện thoại, điều này quả thực quá cực đoan, đứa trẻ sinh ra rất tủi thân và tự ti khi nó ở cùng bạn bè. Nó bắt đầu trở nên quấy nhiễu và cha mẹ phải chiều nó bởi vì bản thân họ cũng cảm thấy có lỗi. Họ thấy có lỗi vì họ đang ngắt nó ra khỏi văn minh, vì cảm giác tội lỗi đó mà họ bắt đầu chiều chuộng đứa trẻ theo những cách khác. Thế thì đứa trẻ học được bài học gì từ điều này? Cha mẹ dạy con được gì từ điều này? Cho nên cha mẹ thông minh hãy tìm cách biến tivi thành người bạn, không phải kẻ thù hay đối thủ.

46. Làm sao dạy trẻ về văn minh?

Phương Tây có văn minh cư xử về lời chào hỏi, xin lỗi, cảm ơn. Điều này người Việt đã và đang "bắt chước" rất nhiều, đôi khi (với tôi) là nhiều quá một cách không cần thiết, đến nỗi nó làm trẻ con mất đi tính tự nhiên mà dần trở nên như cái máy vô hồn.

Lũ trẻ trước nhà tôi, một lần bốn đứa cùng tranh nhau chào tôi buổi sáng và rồi ngay lập tức chạy vào nhà khoe với bà "Chúng con vừa chào rồi nhé!" để được khen giỏi, tự dưng tôi thấy thở dài, thấy chán nản làm sao.

Cho nên việc dạy trẻ về văn minh là một ý tưởng hay, nhưng điều quan trọng là bạn phải biết cái gì là văn minh, cái gì là không. Cảm ơn là văn minh nhưng thi thoảng nó lại là sự thảo mai vô nghĩa. Ví dụ tôi đem trả lại nhà bên chiếc đĩa, đứa trẻ cũng cảm ơn - để làm gì???

Cho nên nói về việc dạy văn minh, tôi sẽ lấy ví dụ về văn minh Nhật Bản...

Một trong những điều quan trọng nhất của triết lý giáo dục trẻ ở Nhật Bản, là việc dạy người ta khả năng tôn trọng quyền riêng tư, không gian riêng tư của người khác mà tiêu biểu là việc không làm ồn.

Khả năng hành xử biết chú ý tới người khác, không làm ồn, không quấy nhiễu không gian chung (với tôi) là một biểu hiện của văn minh.

Một lần tôi ăn sáng trong nhà hàng của một khách sạn bốn sao, một đứa trẻ bốn – năm tuổi xem những thứ rất ồn ào trên ipad nhưng cha mẹ của nó không bận tâm chút nào tới sự khó chịu của tất cả mọi người xung quanh. Xong bữa tôi ra về, khi đi ngang chỗ họ, tôi hỏi, “Em cho em bé xem ipad nghe loa speaker hãng nào đó?” “Dạ không, đâu có loa?” “Vậy mà trời ơi sao âm thanh nó to vật vã, to kinh khủng, chị ngồi tận góc kia mà phải nghe không sót một video nào. Chị còn tưởng em làm quảng cáo hãng loa...” Cô ấy nhận ra vấn đề và xin lỗi.

Khách sạn đó nhiều khách quốc tế, họ thường ngậm bồ hòn không nói gì dù cũng rất khó chịu. Tôi thường là người nhận “đóng vai ác” để nhắc nhở các bậc cha mẹ về những sự thiếu văn minh của họ. Nhưng các cha mẹ có biết như vậy là thiếu văn minh không?

Nếu cha mẹ còn không biết văn minh là gì, làm sao mà dạy trẻ? Nói về văn minh, văn hoá thì nhiều thứ bạn có thể dạy trẻ nhưng chung quy

rốt cuộc, bạn chỉ có thể dạy bằng tấm gương của bạn, thông qua cách hành xử của bạn. Thành thử, đứa trẻ sẽ cọp-pi gần như vẹn nguyên văn hoá - văn minh của bạn: cha mẹ nó. Làm cho bản thân mình văn minh, đứa trẻ nhất định cũng văn minh.

Nếu có một điều ước cho đôi tai tội nghiệp của tôi trên mảnh đất Việt Nam chữ S xinh đẹp này, tôi chỉ ước mọi cha mẹ đều đủ giàu và đủ ý thức để sắm cho con của họ những chiếc tai-phôn cá nhân, để chúng chỉ nghe những thứ "rác-ruối-hỗ-lốn" đó một mình chúng thôi, đừng bắt người 'vô tội' khác phải chịu sự tra tấn này cùng bạn.

Cha mẹ quen với những tiếng ồn khi trẻ xem video, tivi ở nhà nên họ cũng coi đó là điều hiển nhiên khi ở nơi công cộng, nhưng để tôi bảo bạn, nó là điều cực kì vô văn minh. Và với người nhạy cảm về âm thanh và tiếng ồn như tôi thì điều đó là bạo hành, gần như là tra tấn. Nó không khác gì việc dạy trẻ ném rác khắp xung quanh: rác âm thanh, tiếng ồn. Rác này ác hơn rác vật lý vì khó xử lý hơn. Và rác tiếng ồn này đang tràn ngập khắp nơi.

Một lần khác, tại sân bay Nội Bài, một nhóm trẻ

con bốn đứa, hai đứa xem video, hai đứa tháo các hộp đồ chơi, đồ ăn, vỏ chai nước và túi nilon vứt tung toé - trời ơi tôi quá là xấu hổ với người bạn Nhật đang đi cùng. (Ồ Nhật bạn thậm chí khó kiếm chiếc thùng rác, bạn sẽ phải tự giữ lấy rác mang về, điều này khiến bạn cực kì ý thức trong việc tạo ra rác ở bất cứ đâu).

Tôi nhìn quanh không biết ai là cha mẹ của chúng, họ không bận tâm hoặc mãi xem điện thoại nên không để ý, tôi đã phải ngồi đợi đứa trẻ chú ý đến tôi để có thể nhắc nó về việc nhặt rác.

Còn nhiều điều nữa mà tùy độ tuổi của trẻ bạn sẽ có những bài học khác nhau để dạy chúng về văn minh, nhưng trước mắt, bất kể trẻ đang ở độ tuổi nào, hãy dạy chúng về việc quản lý tiếng ồn của bản thân lẫn ý thức giữ vệ sinh chung nơi công cộng - thế cũng đủ lắm rồi.

Tốt hơn nữa thì là việc giúp đỡ người khác, chia sẻ với người khác, chủ động trong việc chung như nhặt cả rác của người khác, việc xếp hàng lối, tôn trọng sự sắp đặt trong một số trường hợp tất yếu: không có chỗ ngồi bên cửa sổ máy bay, không có bàn ăn sát ven sông, không khó chịu khi việc

không như ý.

Bé J – 5 tuổi, giận dỗi vì không được ngồi ăn trưa ở chiếc bàn ven sông khi nhà hàng hết bàn - với tôi điều đó là xấu, sự đòi hỏi vô lý là xấu. Nhưng cũng cô bé khi đến nhà tôi chơi, thấy tôi đang bước từ trên cầu thang xuống, cô bé chủ động xếp đôi guốc của tôi dưới chân cầu thang cho ngay ngắn sẵn sàng – chúng kiến điều đó quả thực đã làm tan chảy trái tim tôi. Rồi Du Phong 9 tuổi, khi lần đầu tiên được ăn thử chiếc bánh phô mai đồng xu, thằng bé cầm chiếc bánh, bẻ làm đôi và đưa tôi “Mẹ Ngẫu cũng ăn thử này” dù tôi không hề đòi hỏi. Nó đơn giản thích chia sẻ với tôi dù đây là lần đầu tiên của nó. Sao mà đáng yêu!

Ai đã dạy bọn trẻ về việc để ý, quan tâm chăm sóc và chia sẻ với người khác? Chẳng ai dạy cả, đó đơn giản là hành động xuất phát từ tình yêu thương, sự quý mến lẫn khả năng quan sát người khác của trẻ trong cuộc sống - và bất cứ hành động nào xuất phát từ nhận biết lẫn tình yêu thì mới đẹp thuần khiết và giá trị làm sao!

47. Bàn về vật phẩm văn hoá cho trẻ nhỏ?

Văn hoá (rất ít, hoặc gần như) không nằm trong vật phẩm, nó nằm trong cách thức mà từng và mọi người ứng xử giao tiếp với nhau trong cuộc sống mỗi ngày - xung quanh đứa trẻ.

Đứa trẻ học văn hoá từ mọi nguồn, tivi, hàng xóm, người lạ xung quanh, và nhiều nhất là từ gia đình. Nói về vật phẩm cho trẻ ta có thể nói về sách và đồ chơi.

Sách cho trẻ lúc ban đầu càng nên giống đồ chơi, giống trò chơi sẽ càng gây hứng thú. Sẽ giúp gây dựng tình yêu với sách ngay từ buổi ban đầu.

Về đồ chơi, ban đầu cho trẻ chơi nhiều đồ vải, nôi bông, rồi tới gỗ và đừng bao giờ quên cho trẻ tiếp xúc đồ chơi chất liệu gốm sứ khi trẻ đủ ý thức giữ gìn.

Đồ chơi cho trẻ nên là vật liệu nguồn gốc tự nhiên và càng mang tính nghệ thuật sẽ càng tốt, thay vì đồ chơi nhựa công nghiệp độc hại như hiện tại. Và nếu bạn có điều kiện hơn nữa, hãy cho trẻ tiếp xúc nhiều hơn với đồ chơi thủ công!

48. Nói về việc cha mẹ nổi nóng hay tức giận với con cái, nên hay không nên?

Trước khi nói nên hay không nên, hãy ghi nhớ một điều quan trọng rằng: Cha mẹ hoàn toàn có quyền tức giận với con cái, vì:

- Tức giận là một trong số các cảm xúc tự nhiên của con người, hết như sự hài lòng, yêu thương, triu mến...

- Cảm xúc tự nhiên khi được bộc lộ thì luôn tốt hơn kìm nén, nó cho thấy tính-người bình thường của bạn, không phải thánh nhân và không giả dối.

- Sự kìm nén cảm xúc là thứ rất tai hại, khi không được bộc lộ, lâu dần nó sẽ biến thành bất mãn, ầm ức, căm ghét, thù hằn... và những cảm xúc này mới là thứ gây hậu quả tai hại về sau.

- Nếu bạn kìm nén, con bạn cũng sẽ học kìm nén.

- Cảm xúc tức giận nên được bộc lộ vì khi được bộc lộ ra nó sẽ rất nhanh chóng tan biến.

- Thông qua sự bộc lộ cảm xúc của bạn (yêu

ghét tức giận vui buồn... mọi thứ), mà đứa trẻ dần hình thành tính cách cũng như hành vi, cách ứng xử trong cuộc sống.

Nếu bạn kìm nén và không bao giờ tức giận khi con làm sai, nó sẽ mất đi sự định hướng tinh tế của hành vi, mất dần đi khả năng tự ý thức. Sau này ra đời nó sẽ bị sốc khi thấy những người khác tức giận và nhất định nó sẽ làm người ta tức giận nếu nó không biết cách điều hoà hành vi của mình.

Tóm lại, sự bộc lộ cảm xúc của bạn (cả yêu và ghét), chứng tỏ bạn là con người bình thường, bạn chân thực không giả dối, điều này giúp cho đứa trẻ điều hoà hành vi của nó, đứa trẻ học rất nhiều từ sự thể hiện cảm xúc của bạn.

Điều duy nhất bạn cần học là cách thức bộc lộ cảm xúc như thế nào, sao cho không gây tổn hại đến người khác hoặc hối tiếc cho bạn sau đó.

Nếu bạn tức giận, đừng chỉ trở nên bạo lực theo quán tính, nhưng hãy chậm lại một nhịp, nói với con rằng bạn đang rất giận, và giải thích lý do tại sao bạn lại tức giận. Đồng thời cho đứa trẻ cơ hội giải thích. Đứa trẻ sẽ rất tôn trọng bạn nếu bạn có thể làm thế: giải thích cho nó hiểu thay vì chỉ phát khùng lên.

Và ghi nhớ: tuyệt đối không giận cá chém thớt, tức là đem giận nơi khác trút vào đứa trẻ - đây là vô ý thức, đây là vô lý, đây là bất công - con sẽ không thể tha thứ cho bạn.

Đa phần vết thương lòng của trẻ đến từ sự giận cá chém thớt của bạn chứ không phải sự nổi giận hợp lý.

Sau khi cơn giận được trút ra, bạn được làm nhẹ gánh, đột nhiên bạn trở nên rất minh mẫn, rất... trí tuệ... Dù hơi trễ nhưng đó vẫn là trí tuệ.

Sau khi cơn tức giận được trút ra, bạn sẽ có khả năng thấy mình đã ngu, đã sai hoặc đã quá đáng ở đâu. Thấy điều đó sẽ giúp bạn dần biết cách sửa mình.

Bạn sẽ phải trải qua sự tức giận - đối diện những tác hại mà bạn gây ra (mong rằng không quá nặng nề) thì bạn mới có khả năng thấy tác hại của cơn tức giận để mà phát nguyện thay đổi.

Người ta phải thấy mình ngu thì mới sửa được.

Cứ tức giận đi, bạn sẽ sớm thấy mình ngu.

49. Chúng ta có nên trừng phạt trẻ?

Hãy phạt thôi nhưng đừng trừng-phạt. "Trừng" nghe ghê quá!

Cái hay của hình phạt là nó dần định hình cho trẻ về quy chuẩn đúng sai trong tương quan vận hành của xã hội, bắt đầu từ mô hình gia đình, sau đó lớn dần lên thành cách thức ứng xử của một cá nhân đối với mọi tập thể. Thông qua tương quan này đứa trẻ sẽ dần hình thành nên nhân cách và cá tính của mình.

Hình phạt là một hành động mang tính "cổ đại" trong việc huấn luyện một sinh thể, đặc biệt trong thời chiến. Nhưng trong thời hiện đại, khi đứa trẻ đang dần được tôn trọng hơn như một cá nhân nhận biết, không phải như một đối tượng để nhào nặn trong khuôn, thì hình phạt đang dần trở thành mặc cảm lẫn nỗi bối rối lớn cho các bậc cha mẹ.

Các phương cách nuôi dạy trẻ mới nhất thường nói rằng cha mẹ không nên phạt trẻ theo bất cứ

cách nào mà chỉ nên trò chuyện, nhưng không phải ai cũng có khả năng làm điều đó. Người chưa làm được sẽ cảm thấy mặc cảm, tự ti, bất lực và thậm chí tức giận kìm nén nhiều hơn, những điều này vô tình tạo ra rất nhiều độc hại bên trong biến cha mẹ thành như quả bom nổ chậm, và cùng lúc đó, đứa trẻ sẽ ngày càng trở nên hoang dại, khó thích nghi với xã hội.

Cho nên vấn đề không phải là việc từ bỏ mọi hình phạt, nhưng là biến hình phạt thành thứ gì đó mềm hơn, đẹp hơn, mang tính nuôi dưỡng ý thức cho đứa trẻ nhiều hơn. Và nếu hình phạt có thể giúp tăng sự kết nối và thấu hiểu của các thành viên trong gia đình, điều đó chẳng tuyệt sao?

Tôi đề xuất với bạn hai loại "hình phạt" giúp nuôi dưỡng nhận biết tốt nhất cho đứa trẻ lẫn cha mẹ. Hãy suy ngẫm và sử dụng chúng một cách phù hợp với hoàn cảnh và tình huống của bạn, đặc biệt trong khoảng thời gian khi mà đứa trẻ còn rất nghe lời bạn. Hãy tận dụng khoảng thời gian này để biến hình phạt thành một cách thức ứng

xử mới, một nếp văn hoá mới mang nhiều tính văn minh hơn, nhiều tính thiên hơn.

1. Hình phạt im lặng: khi trẻ làm gì đó có lỗi mà bạn thấy cần phạt, hãy phạt nó giữ im lặng.

Lỗi nhỏ, im lặng 3-5 phút hoặc im lặng trong độ dài của một bản nhạc nào đó, có thể là nhạc giao hưởng, nhạc thiên, nhạc sóng âm không lời là tốt nhất.

Lỗi to hơn có thể tăng dần lên thành 7-10 phút, 15 phút ngồi im lặng. Bằng cách này, đứa trẻ được học thiên và nuôi dưỡng hạt mầm thiên ngay từ khi còn nhỏ. Nó sẽ dần trở nên kiên nhẫn hơn, nhiều tôn trọng hơn với cha mẹ và cũng không quá sợ hãi việc phạm lỗi lầm nhưng chắc chắn nó sẽ biết cân nhắc. Đây chỉ là bước đệm nhưng dần dà nó sẽ quen với vẻ đẹp của sự yên lặng, và đây là những hạt mầm thiên đầu tiên mà cha mẹ có thể gieo vào khu vườn của trẻ một cách rất tự nhiên.

Để hình phạt này đạt hiệu quả tốt nhất, cha mẹ có thể tạo ra một không gian thiền nhỏ trong nhà, mỗi khi bất cứ ai bị phạt, kể cả người lớn, đều sẽ phải đi đến ngồi nơi góc thiền đó trong im lặng. Làm nó thành một luật nhỏ trong gia đình, biến im lặng thành "vàng" đích thực. Nhưng đừng bắt ai phải im lặng khi người đó còn điều muốn nói. Đừng bắt ai phải im lặng trong ảm ức.

Hình phạt im lặng tốt nhất nên đi kèm việc diễn giải, trò chuyện. Giải thích với đứa trẻ tại sao hành động đó là không đúng, không tốt và cho phép nó cơ hội được giải bày, được quán chiếu và nhìn nhận lại hành động của nó. Điều này dẫn tới sự liên quan của hình phạt thứ hai:

2. Viết - hình phạt khi trẻ lớn hơn. Ban đầu hãy khuyến khích trẻ nói, sau đó là viết ra giấy những lời bộc bạch hay lời "thú tội" - đây là một cách tự nhiên giúp trẻ nhận biết về hành động của bản thân mình, giúp cha mẹ biết nhiều hơn về tâm lý của trẻ và đặc biệt bồi đắp cho trẻ kĩ năng thể hiện tình cảm, cảm xúc và suy nghĩ một cách tự

nhiên.

Sau này khi trẻ quen, nó có thể luôn biết cách thể hiện, bộc bạch suy nghĩ và nỗi lòng của mình, thế thì đời nó sẽ rất nhẹ gánh.

Trong quá khứ chúng ta hay có hình phạt trẻ “úp mặt vào tường” để suy nghĩ lỗi lầm, tôi cho rằng đó là một hình phạt rất hay mà ngày nay chúng ta cần phát huy nhiều hơn nữa để phát triển tính thiền, phát triển khả năng suy tư tĩnh lặng tự nhiên trong đứa trẻ.

Có thể rất nhanh, nó lại thích “được-phạt” không chừng.

50. Tại sao trẻ hay quấy khóc, ăn vạ?
 51. Cách nào đơn giản để giúp trẻ tập trung?
 52. Tại sao không nên dạy trẻ tiếng Anh?
 53. Tại sao không nên cho trẻ học vẽ?
 54. Tại sao không nên cho trẻ học múa?
 55. Tại sao không cần cho trẻ đi du lịch?
 56. Làm sao để trẻ không nghiện chơi game?
 57. Làm sao giúp trẻ chăm đọc sách?
 58. Có nên dạy trẻ về tiền?
 59. Khi nào nên bắt đầu dạy trẻ về dục?
 60. Có nên cho con nghỉ học trên trường?
 61. Có nên cho con theo học trường quốc tế?
 62. Con nhà có điều kiện: phúc lành hay tai họa?
- ...Nói về một phương cách nuôi dạy trẻ tốt nhất...**

*Những câu hỏi này, xin được phép trả lời trong một bài sách-nói khác, hoặc sẽ in trong một cuốn sách khác, chứ nếu viết hết ra đây thì cuốn sách này sẽ phải đổi tên là **"Hạt-mầm-không-hề-nhỏ"**.*

Phi Tuyết

Jesus nói, "Trong vương quốc của Thượng đế, chỉ những người giống như đứa trẻ mới được đón chào."

Hãy nhớ điều Jesus đã nói. Ông ấy nói từ "giống như", ông ấy không nói "chỉ đứa trẻ".

Đứa trẻ, trẻ con không thể vào nước trời - vương quốc của Thượng đế. Chúng phải đi qua những con đường của thế giới, chúng phải bị dày vò, bị thế giới làm cho nhiễm độc, và rồi chúng sẽ phải học cách tự làm sạch bản thân mình: thanh lọc, thanh tẩy bản thân mình. Kinh nghiệm này là bắt buộc.

Vậy nên Jesus đã không nói "chỉ đứa trẻ" mà ông ấy nói "chỉ người giống như đứa trẻ", chữ "như" này cực kì quan trọng. Nó ngụ ý những người rất ngây thơ nhưng đầu vậy, không phải trẻ con.

Trẻ con là những vị thánh, nhưng sự thánh thiện của chúng là do chúng chưa trải qua những cám dỗ tội lỗi.

Sự thánh thiện của chúng là rất đơn giản, không đáng giá gì mấy bởi vì nó giống như món quà, chúng đã không tự mình kiếm được, chúng đã không phải nỗ lực vất vả, chúng vẫn chưa trải qua nỗi cám dỗ của sự bất tuân.

Nhưng những cám dỗ trước sau gì cũng tới. Một ngàn lẻ một cám dỗ có đó, và đứa trẻ sẽ bị kéo đi theo đủ mọi

hướng. Nếu cha mẹ cứ cố ngăn cản, cố điều hướng nó theo hướng cha mẹ muốn, không được đi sai... thế thì đứa trẻ ấy nhất định không thể phát triển bình thường, nó sẽ phát điên hoặc trở thành một con rối, nó cũng có thể luôn nuôi ấu ức và mặc cảm bên trong. Sự mặc cảm này là thứ khiến người ta không thể vui sống bình thường, không thể biết ơn và trân quý cuộc đời.

Đứa trẻ bị tách khỏi mọi cảm dỗ sẽ luôn là kẻ ngây thơ ngu ngốc, nó sẽ không thể vào vương quốc mà Jesus nói. Nó sẽ cứ dốt nát. Sự dốt nát của nó là do đàn áp, do ép buộc, thế thì nó sẽ không được làm nhẹ gánh.

Đầu tiên, đứa trẻ sẽ phải đạt tới kiến thức, nó sẽ phải phạm lỗi, nó phải trải qua hành trình tích góp kiến thức, và rồi tới điểm bất tuân để đi vào vùng đất hoang dã của thế giới. Nó sẽ phải lạc đường, sẽ phải sống cuộc đời bản ngã của riêng mình, thế rồi một ngày nó sẽ có khả năng để buông bỏ tất cả những điều đó.

Không phải ai cũng có khả năng buông bỏ. Mọi đứa trẻ đều dễ dàng từ một kẻ ngu ngốc ngây thơ trở thành kẻ ngu với đầy học thức, nhưng từ một kẻ học thức đến hiền-nhân - người ngây thơ nhưng không ngu - đó là cả một hành trình!

Osho, cuốn "Innocence, knowledge and wonder"

đủ-cho-hôm-nay!