

## Bạo lực ngôn từ

ISSN: 2734-9195 09:28 18/10/2024

Có ai trong đời không từng hơn một lần ghi nhớ, găm ghim lời người khác xúc phạm mình. “Lời nói đọit máu”, vì vậy có người mang những câu nói trên theo suốt cuộc đời, tạo thành oán hận khó bỏ.

Bạo lực ngôn từ là hành vi dùng lời nói để xúc phạm người khác. Tuy nhiên, một lời nói ra nặng nhẹ thế nào có phải căn nguyên dẫn đến đau khổ?

Đức Phật cũng từng bị người ngoại đạo đuổi theo sau chửi mắng. Cho đến khi kẻ kia chửi mãi mỗi miệng bèn chạy đến trước chặn hỏi vì sao mắng nhiếc vậy mà không thấy đức Phật phản ứng gì. Lúc ấy Phật chỉ hỏi, nếu ông đem một món đồ đi tặng người khác mà người ta không nhận thì ông phải làm sao? Người kia bèn trả lời rằng sẽ mang món đồ đó về.

Câu chuyện trên sau này được trích dẫn cho các tình huống đau khổ khi xúc phạm và bị xúc phạm. Vậy câu hỏi tiếp theo là đau khổ do người khác mang đến hay đau khổ do chính ta tiếp nhận?

Xin ví dụ: Có 2 người lớn tuổi đang cùng nhau vui vẻ đi trên đường. Một thanh niên đi ngang nói: “Hai lão già quê mùa kia đi đâu mà trông như bọn ăn mày vậy?”. Một người nghe thấy nổi nóng muốn ăn thua với cậu thanh niên kia. Một người thì can ngăn bạn mình, thôi đi bác chấp nhất làm gì... Nếu lời nói của thanh niên kia là nguyên nhân đau khổ thì cả 2 người kia phải đau khổ và phản ứng như nhau chứ. Đằng này chỉ một người nổi nóng. Vậy đau khổ đâu chỉ đến từ lời nói hay hành vi của cậu thanh niên kia.

Những lời nói, những hành vi trong các mối quan hệ hàng ngày, bất kể khi nào cũng gây áp lực và mang đến đau khổ cho ta. Con người hiện đại càng trở nên nhạy cảm hơn với mọi sự xúc phạm. Có ai trong đời không từng hơn một lần ghi nhớ, găm ghim lời người khác xúc phạm mình. Bản thân ta cũng từng có những hành vi lời nói làm tổn thương người khác. “Lời nói đọit máu”, vì vậy có người mang những câu nói trên theo suốt cuộc đời, tạo thành oán hận khó bỏ.

Sự tức giận ấy phá vỡ bình an trong mỗi con người. Cho nên đối diện với các tình huống xúc phạm nhất thời, làm sao để sự khiêu khích của người khác không ảnh hưởng đến bình an nội tâm là điều chúng ta phải thực tập, quan sát.



Ảnh minh họa (sưu tầm)

Có vị đại biểu quốc hội cho rằng người chồng đi làm về mà im lặng không nói chuyện hoặc khen người hàng xóm xinh là hành vi bạo lực gia đình. Nhưng ai hiểu người chồng cũng đang phản ứng với những hành vi khác nào đó của vợ. Bản thân anh ta cũng đang đau khổ vì không thể tương tác một cách bình thường như trò chuyện, cười nói hay khen vợ. Nguyên nhân là gì? Người vợ thấy chồng tỏ thái độ như vậy bèn lên án. Bản thân người vợ cũng đang đau khổ. Điều đáng nói cả hai đều xem người kia mới là nguyên nhân đem đau khổ đến cho mình và họ cùng oán trách nhau.

Thực tế có những ông chồng nịnh hót, cười nói, khen vợ cả ngày, nhưng chưa chắc đó là lời thật, thì sao? Cho nên cách mỗi người đối diện sự thật hay tự lừa dối mình sẽ cho biết họ đang xây dựng hạnh phúc bằng chất liệu gì (bình an hay đau khổ)?

Hai người đau khổ này đều cần được hiểu và được thương. Cho nên nếu người vợ cứ cho rằng, anh chồng khen cô hàng xóm xinh là đang xúc phạm mình, bạo lực với mình, thì bản thân lời kết luận ấy có làm cho anh chồng giảm đau khổ và giảm chán ghét người vợ hơn hay không? Không hề dễ dàng, bởi cả hai đang bước từng bước lên nấc thang đau khổ và không ai chịu xuống thang trong việc đổ lỗi cho đối phương.

Triết gia Hy Lạp cổ đại Epictetus từng phát biểu khá trùng hợp với quan điểm đạo Phật: *"Hãy nhớ rằng thứ xúc phạm anh không phải những kẻ lăng mạ, đánh đập anh mà là sự phán xét trong anh cho rằng họ đang xúc phạm anh"*.

Thiền sư Nhất Hạnh có câu: *“Kẻ thù ta đâu có phải là người. Giết người đi thì ta ở với ai?”*.

Nói cho cùng người đang bạo lực với ta dưới bất kỳ hình thức nào cũng là người đau khổ, đáng thương. Vì họ vốn xem ta là kẻ thù, mà lẽ thường đánh kẻ thù thì bao giờ cũng hả dạ, dù bằng chân tay hay ngôn từ.

Do vậy, cách đánh giá của mỗi người về mỗi tình huống ứng xử trong cuộc sống sẽ mang lại cho họ bình an hay không. Chẳng hạn mỗi lần thu hái trái cây, ta không nên hái hết mà để lại một phần cho chim sóc ăn dần. Với chim sóc ta còn ứng xử như thế, vậy tại sao ta phải tức giận khi một ai đó đi ngang bẻ mất vài chùm quả chín?

Đặt câu hỏi như vậy vào mỗi tình huống cuộc sống không phải để khuyến khích kẻ trộm, mà là làm nhẹ đi sự bức bối đau khổ đang xảy ra trong tâm ta. Cho nên trước một hành vi xúc phạm việc coi là nặng hay nhẹ tùy vào phản ứng của mỗi người.

Đức Phật từ bi hỷ xả, nhưng Ngài cũng không có quyền năng triệt tiêu bạo lực hay tội lỗi trong mỗi con người. Vì thế khi đối diện mọi loại hình bạo lực, ta chỉ có thể bình tĩnh trở lại câu hỏi của đức Phật, *“món quà người khác không nhận thì ông sẽ làm gì?”*.

Làm gì tiếp theo là chuyện của mỗi người. Đôi khi trước một sự trái ý nghịch lòng, hay bị xúc phạm, người phật tử có thể phản ứng, có thể buồn nhưng không nên mang lòng oán trách thù hận. Nhà thiền có câu: *“Tăng hận bất cách tức”* (tăng không hận quá một đêm). Nếu ai để hận quá lâu, xem như mình đã là người khổ đau rồi.

Tác giả: **Thích Thanh Thắng**

**Nguồn: [thuvienphatviet.com](http://thuvienphatviet.com)**