

A.CENONI VÀ MANENTI

TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG

Chuyển ngữ:

Lm. NGUYỄN NGỌC KINH-Lm.

Table of Contents

TAM LY VA HUAN LUYEN CO CAU VA NANG DONG

Phan 1. CON NGUOI NOI TAM

Chuong 1. BA CAP BAC DOI SONG TAM LINH

Chuong 2. BA CAP BAC CUA Y THUC

Chuong 3. TIEN TRINH QUYET DINH: UOC MUON CAM TINH VA UOC MUON LY TINH

Chuong 4. NOI DUNG CUA BAN NGA (EGO)

Chuong 5. CO CAU BAN NGA

KET LUAN: LONG TU TRONG

Phan 2. CACH VAN HANH CUA CHUC NANG

Chuong 1. NHAN THUC TRI GIAC

Chuong 2. HANH DONG Y THUC, HANH DONG CO Y TINH TRANG VO THUC

Chuong 3. CHIEN LUOC CUA VO THUC

Chuong 4. CO CHE TU VE

Chuong 5. TIM HIEU DONG LUC

KET LUAN: HIEN TAI VA QUA KHU

MUC LUC



TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG

Tác giả: A. CENCINI và MANENTI

Chuyển ngữ: Lm. NGUYỄN NGỌC KÍNH, ofm

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách :

Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>

LỜI GIỚI THIỆU BẢN DỊCH VIỆT NGỮ

Tìm hiểu con người là một công việc khó khăn, nhưng là một công việc mà mọi người đều phải làm, hay đều phải trải qua. Ngay từ thời cổ đại, triết gia Socrates đã nói một câu bất hủ: “Hỡi con người hãy tự biết mình.” Tự biết mình là một điều khó nhưng hiểu biết người khác lại càng khó hơn, nếu chính mình không biết chính mình.

Sau nhiều năm làm công tác huấn luyện, tôi nhận ra rằng điều khó khăn nhất là giúp các ứng sinh nhận ra được chính con người thực của mình. Làm sao có thể giúp họ tự khám ra đâu là những động cơ thực thúc đẩy họ chọn lựa đời sống tu trì, đâu là những động cơ thúc đẩy họ hành động. Con người đúng là một huyền nhiệm, khó mà biết được những ngõ ngách, những uẩn khúc trong tiến trình thành nhân. Trong thế kỷ 20, tâm lý học đã có những bước tiến dài trong việc khám phá con người và những năng động cấu thành đời sống tâm linh và tâm lý. Nhưng khôn một nỗi là các lý thuyết nhiều khi đi ngược nhau và khó đi tìm một khởi điểm chung. Đã nhiều năm, các nhà tâm lý và huấn luyện Kitô giáo đã

cố gắng đi tìm một nền tâm lý học Kitô giáo, nhưng xem ra điều đó thật khó khăn, vì tâm lý là chung cho tất cả mọi người, không phân biệt tôn giáo. Khoa Tâm Lý Học ngày nay cho ta thấy rằng mọi chiều kích tiến triển đều là một quá trình, hay nói đúng hơn là một tiến trình vẫn còn tiếp diễn. Mọi tiến trình đều đặt nền tảng trên sự tăng trưởng tâm-thể lý. Mọi tiến trình đều đòi hỏi thời gian và công trình tập luyện và giáo dục. Trong quá khứ, nhất là sau thời của Sigmund Freud có một số rạn nứt giữa Tâm lý và Tôn giáo - Tâm linh. Giáo hội đã từng lên án lý thuyết phân tâm của Freud là duy vật, là giải trừ tâm linh, và tiền thân của phong trào trần tục hoá. Một câu nói nổi tiếng của Freud đã được nhắc đi nhắc lại: “Tôn giáo có thể là rối nhiễu tâm lý ám ảnh phổ quát của nhân loại.” Các bạn bè và học trò của S. Freud đã kịp thời thay đổi và điều chỉnh lại những thái quá của Freud. Ngay từ thời của S. Freud, nhà Tâm thần học Roberto Assagioli đã nhấn mạnh đến khía cạnh tâm linh trong việc chữa trị tâm lý và đã sáng lập trường phái Tâm lý Tổng hợp (Psychosynthesis) nhằm cân bằng đời sống tâm lý và tâm linh. Ông đã đưa vào khoa học tâm lý ý niệm siêu thức, để nói lên phần cao cả của con người. Con người luôn vươn lên một cái ngã cao hơn cái ngã thường ngày. Carl Jung chú trọng đến vô thức tập thể, các nguyên mẫu, các ký hiệu, và nghiên cứu các hiện tượng tâm linh và tôn giáo; ông đã muốn hướng tới việc nghiên cứu nhân cách một cách toàn diện.

Trong những thập niên 50 và 60 của thế kỷ 20, làn sóng “thứ 3” đã trỗi dậy trong lịch sử Tâm lý học như là một phong trào phản kháng lại Phân tâm học và Thuyết hành vi. Trường phái Tâm lý học nhân văn và hiện sinh nhấn mạnh đến tính độc đáo duy nhất của mọi hữu thể, tự do và trách nhiệm của cá nhân trên cuộc đời của mình. Có lẽ cũng từ phong trào này Tôn giáo và Tâm lý dần dần đối thoại và xích lại gần nhau để đem lại hạnh phúc và ý nghĩa cho cuộc nhân sinh. Trong quá trình huấn luyện các tu sĩ và linh mục, việc học Triết học, Tâm lý, Văn hoá là điều hết sức cần thiết để hiểu các thực tại nhân sinh và con người và là kiến thức nền cho việc học Thần học. Tâm lý học hiện đại đã đóng góp một phần rất lớn trong việc tìm hiểu nhân cách và giáo dục nhân bản.

Hai tác giả A. Cencini và A. Manenti là những nhà Tâm lý và Giáo dục Công giáo thời hiện đại đã có công chất lọc những khám phá mới và những tinh túy của khoa tâm lý hiện đại và tổng hợp lại trong tác phẩm nổi tiếng Tâm Lý và Huấn Luyện, nhằm giúp những nhà huấn luyện và các ứng sinh có tài liệu hướng dẫn và phân tích. Các tác giả đã chọn lọc có phê phán các phát hiện của khoa phân tâm học và hành vi, và đã biến những khám phá của Freud về vô thức, về bản ngã, cơ chế tự vệ, động cơ... thành những dụng cụ hữu hiệu để giúp khám phá chính mình, và đưa đến việc toàn nhập các cấp bậc của đời sống tâm linh. Có thể nói rằng A. Cencini và A. Manenti đã Kitô hóa và thăng hoa cho những khám phá của

Freud và các nhà tâm lý Tân phân tâm. Các tác giả cũng đã chất lọc những tinh túy của các trường phái tâm lý nhân văn, hiện tượng luận và hiện sinh để làm nổi rõ sự cao cả của con người trong các chiều kích siêu việt và vượt ra ngoài qui luật tâm-vật lý và tâm-thể lý: con người tự do và siêu việt. Các tác giả cũng cho thấy rằng con người bị thúc đẩy bởi hai lực, nhiều khi đi trái ngược nhau. Lực đẩy của các động cơ vô thức và lực hút của các bản năng thô thiển ở phần vật chất. Nhưng con người cũng chịu lực kéo hay lực hút của những lý tưởng, của những giá trị nhân văn và tôn giáo. Đây quả là một cuốn sách và tài liệu rất quý và bổ ích cho công tác huấn luyện con người, đặc biệt cho công việc huấn luyện các ơn gọi. Tác phẩm này đã được dịch ra nhiều thứ tiếng trên thế giới và được phổ biến khá rộng rãi trong các chủng viện và đại học.

Linh mục Antôn Nguyễn Ngọc Kính, OFM, đã thấy được sự ích lợi của cuốn sách này trong công việc linh hướng, nên đã dành nhiều thời gian và sức lực để dịch tác phẩm này ra Việt ngữ. Đây là một cố gắng và đóng góp đáng trân trọng của dịch giả cho nền tâm lý học nước nhà nói chung, và đặc biệt cho nền huấn luyện các ơn gọi trong các chủng viện và dòng tu nói riêng. Xin chân thành chúc mừng và cảm ơn dịch giả về sự đóng góp quý báu này.

Xin trân trọng giới thiệu tác phẩm Tâm Lý và Huấn Luyện bằng Việt ngữ đến quý vị độc giả, đặc biệt là những người làm công tác huấn luyện và các ứng sinh.

Phaolô Nguyễn Đình Vịnh, OFM
Tiến sĩ Tham Vấn Tâm Lý

LỜI GIỚI THIỆU

Chúng tôi cùng nhau viết tập sách này, dựa trên những kinh nghiệm trong những năm tháng làm giáo sư, nhà tâm lý và huấn luyện các linh mục. Tập sách này gởi đến những ai tin rằng đào sâu việc hiểu biết bản thân và hướng về sự trưởng thành là điều đáng quan tâm. Tập sách này cũng hữu ích cho những ai nghiên cứu nhân cách con người. Vì thế, chúng tôi bắt đầu với hai câu hỏi sau đây: Con người là ai? Các chức năng con người vận hành như thế nào?

Cả hai chúng tôi đều đã học xong chương trình huấn luyện tâm lý, gồm phần lý thuyết và thực hành trong việc phân tích con người và giám sát, tại Học viện Tâm lý thuộc Giáo hoàng Học viện Grêgôriô. Trước đây, chúng tôi học tại hai trường đại học khác nhau. Manenti học Triết tại Đại học Quốc gia, sau đó học Triết và Thần học tại Đại học thánh

Grêgôriô. Cencini học tại Phân khoa Giáo dục thuộc Giáo hoàng Đại học Salêdiên, và tại Học viện Tâm lý Phân tích Trị liệu.

Chúng tôi đã thực hiện các thí nghiệm trong lãnh vực tâm lý trị liệu trong nhiều năm với nhiều đối tượng khác nhau - giáo dân, tu sĩ, những người sống bậc độc thân, các đôi vợ chồng và gia đình - và những thí nghiệm đó quả là những chất liệu rất quý giúp chúng tôi chọn đề tài.

Trước khi hoàn thành bản thảo cuối cùng này, chúng tôi đã thực nghiệm nhiều năm trong các khoá học tâm lý tại các Học viện Thần học Giáo dân, trường Thần học Liên Giáo phận Reggio Emilia (Manenti) và trường Thần học thánh Zeno tại Verona (Cencini). Chúng tôi cũng được khích lệ rất nhiều qua khoá học ba năm dành cho các nhà giáo dục mà chúng tôi khởi sự vào năm 1977. Đó là khoá huấn luyện dành cho giáo dân và tu sĩ nhằm giúp họ có khả năng trợ giúp người trẻ, ngõ hầu những người trẻ có thể đảm nhận một đời sống khả dĩ toàn nhập những chiều kích tâm lý trong đời sống Kitô hữu của mình.

Như thế, tập sách Tâm Lý và Huấn Luyện được viết dựa trên việc thực hành Tâm lý Trị liệu mà chúng tôi đã thử nghiệm trong khi giảng dạy, và đã được chứng thực qua hoạt động giáo dục. Tập sách này phát xuất từ kinh nghiệm sống, và sau khi đã được lượng giá, nó được trao lại cho cuộc sống.

NHẬP ĐỀ

"Mọi người đều có cơ may biết mình, nhưng cơ may đó vụt qua như một tia chớp"

[Heroclitus]

Chúng ta ý thức rằng biết mình là một mục tiêu mà một mình chúng ta không thể đạt tới, nhưng chúng ta cần một chuyên viên giúp đỡ. Chúng ta cũng xác tín rằng chúng ta không thể biết mình nguyên chỉ bằng cách đọc một cuốn sách tâm lý. Đọc sách quả là một tiến trình tạo nên nhiều cảm xúc và hiểu biết. Tuy nhiên, sự hiểu biết khách quan về cấu trúc và hoạt động nội tâm của mình là điều thiết yếu, nếu chúng ta muốn đạt tới một sự hiểu biết toàn diện và tích cực về bản thân.

Vì lẽ đó, chúng tôi chia tập sách này thành hai phần: con người nội tâm và hoạt động của những chức năng con người. Phạm vi chính của tập sách này là cấu trúc và năng động tâm lý.

* Cấu trúc nội tâm: Chúng ta sẽ khảo sát con người trong chiều kích nhân vị và nội tâm. Hiển nhiên đây chưa phải là con người toàn diện. Con người còn có chiều kích tương

giao với người khác, với nhóm và cơ chế. Tuy nhiên, chúng tôi muốn tập chú vào mối tương quan của chúng ta với chính mình, bởi vì chúng tôi tin rằng điều quan trọng là khảo sát con người hiện sinh trước, sau đó mới đến các vấn đề tương quan và xã hội. Đối với chúng tôi, dấu hiệu đầu tiên của sự trưởng thành là con người biết cách sống tự trị - tự lập, tức là sống nhờ sức mạnh của xác tín nội tâm hơn là dựa vào sự hỗ trợ từ bên ngoài. Nhờ sự duy nhất nội tâm mà người ta có khả năng tương tác tích cực với người khác.

* Năng động tâm lý: Chúng tôi sẽ trình bày một vài ý niệm giúp hiểu rõ ý nghĩa của hành động. Chúng ta cần tìm hiểu động cơ của hành vi, ngõ hầu chúng ta không chỉ dừng lại ở "hành vi chúng ta đang làm," nhưng tìm hiểu "tại sao chúng ta hành động như thế." Chúng tôi đặc biệt quan tâm đến chiều kích vô thức của thế giới nội tâm, bởi lẽ chiều kích này ảnh hưởng sâu đậm trên hành vi cách chung (như Freud đã chỉ cho thấy) và trên hành vi liên hệ đến các giá trị (như chúng tôi đã kinh nghiệm trong quá trình trị liệu tâm lý). Chúng tôi nhấn mạnh đến vô thức, vì thực tại này không thể được xử lý bằng các phương tiện giáo dục thông thường.

Một vài bạn đọc có thể cho rằng chúng tôi quá nhấn mạnh đến chủ đề giá trị và lý tưởng. Vâng, chúng tôi nhấn mạnh như thế để làm sáng tỏ những nét đặc trưng của khoa tâm lý trong hoàn cảnh cụ thể của một người tin rằng đời sống phải có ý nghĩa (bất kỳ ý nghĩa nào), và điều đó đòi phải khó nhọc tìm tòi một phương pháp chính xác. Với chọn lựa đó (không thiếu rủi ro và có lẽ còn mới lạ trong loại sách như thế này), chúng tôi muốn đào sâu đề tài này, bằng cách làm sáng tỏ khía cạnh huấn luyện của việc trưởng thành. Các ví dụ và quy chiếu ưu tiên nhắm đến sự năng động của người trẻ dần dần chọn lựa đời sống Kitô hữu và thừa tác vụ. Làm như thế là vì chúng tôi đồng cảm và hiểu biết trực tiếp hoàn cảnh của họ. Qua những ví dụ cụ thể đó, chúng tôi hy vọng bạn đọc đủ thông minh để biết nắm bắt được điều cốt yếu và ý nghĩa hơn khi áp dụng trong bất kỳ bối cảnh và bậc sống nào.

Vì lẽ đó chúng tôi cẩn thận sử dụng từ ngữ dễ hiểu và lối hành văn biện luận để các khái niệm trở nên dễ hiểu bao nhiêu có thể. Trong một vài trường hợp, nếu chúng tôi có nói đến các phạm trù thần học hay kinh nghiệm về Thiên Chúa, chúng tôi chỉ muốn tỏ cho thấy tâm lý học là một phương pháp có thể ứng dụng một cách cụ thể: Phương pháp tâm lý không chỉ là phương tiện giúp tinh thần mạnh khỏe hơn, nhưng hơn thế nữa, nó còn giúp đời sống đức tin trưởng thành hơn. Phương tiện này có giá trị cho mọi người và đặc biệt cần thiết trong việc huấn luyện linh mục như chỉ dẫn của Công Đồng Vaticanô II (*Gaudium et spes*, 65; *Optatum totius*, 3, 11, 20).

Chúng tôi cũng khuyến khích độc giả trau dồi kiến thức liên quan đến nhiều khoa học khác nhau để có thể đối phó thích đáng với những vấn đề của con người, dù đó là vấn đề nội tâm và đời sống tương quan của mình, hay những vấn đề liên quan đến các chủng sinh mà "Quy Chế Học Vấn" của các đại chủng viện đã nói đến. Vì mục đích đó, chúng tôi sẽ tham khảo triết lý nhân học, đạo đức học và luân lý căn bản.

Cuối cùng, chúng tôi muốn nói về chức năng hội nhập của khoa tâm lý. Trong phạm vi huấn luyện, chúng tôi nghĩ khoa tâm lý không chỉ có chức năng huấn luyện sự trưởng thành nhân bản và chuyên biệt (giáo dân hay giáo sĩ) hay đào tạo những nhà giáo dục có nhiều khả năng hơn, hay như một chuyên ngành giáo dục. Tất cả những mục tiêu đó đều tốt, nhưng không đủ. Nếu khoa tâm lý học chỉ có thế, thì sự đóng góp của nó bị hạn chế trong lãnh vực giáo khoa, hoàn toàn khác biệt và tách rời với việc huấn luyện sự trưởng thành đúng nghĩa, hay cũng chỉ là một môn học cung cấp những kỹ thuật và phương tiện mới để làm việc. Trái lại, khoa tâm lý đóng góp rất lớn cho sự trưởng thành toàn diện của con người, tức là giúp người ta sống điều mình tin tưởng cách sâu sắc hơn. Đó là một tiến trình hội nhập tiệm tiến giữa cơ cấu tâm linh của nhân cách và những đòi hỏi của lý tưởng. Đó là tiến trình mà mọi người phải thực hiện trong cuộc đời mình, bất kể mình đi theo con đường nào.

Như đã nói ngay từ đầu, tất cả những xác tín đó là hoa quả của suy tư và kinh nghiệm thực tế. Để làm cho những xác tín đó trở nên chín mùi, chúng tôi đã chia sẻ với các bạn đồng nghiệp trong công tác giảng dạy và hoạt động giáo dục. Chúng tôi cảm ơn sự cộng tác chân thành của họ và cảm ơn các sinh viên đã đặt ra những vấn đề kích thích chúng tôi suy tư. Cách riêng, chúng tôi muốn nhắc đến công trình nghiên cứu của Luigi Rulla, S.J. thuộc Viện Tâm Lý Grêgôriô: Thật vậy, lược đồ tổng quát của tập sách này phần lớn dựa trên giáo trình mà ngài giảng dạy tại đại học trên. Chúng tôi ghi ơn và cảm tạ cha, cùng với Franco Imoda, S.J., và xơ Joyce Ridick, S.S.C.

[Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM](#)

[Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG](#)

Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM



TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG

Chúng ta hãy bắt đầu với một nhận xét tổng quát: Nếu chúng ta mở mắt và nhìn kỹ, chúng ta có thể có ngay một vài thông tin sơ khởi về con người. Thứ nhất, con người là một hữu thể có những nhu cầu trên bình diện thể lý, xã hội và trí tuệ (chương 1). Thứ hai, đôi lúc con người hành động một cách chủ ý, đôi lúc thì thiếu suy nghĩ và không biết tại sao mình hành động như thế (chương 2). Thứ ba, ngay cả khi quyết định và hành động cách chủ ý, con người có thể hành động vì xác tín hay chỉ dựa trên cảm xúc, cảm nghĩ (chương 3).

Chúng ta tự hỏi tại sao con người hành động như thế và rồi hãy xem xét nội tâm để tìm ra nguyên nhân mà chúng ta không thể thấy ngay được. Chúng ta sẽ thấy con người được thúc đẩy bởi hai nguồn năng lực bên trong (chương 4). Hai nguồn năng lực này gắn liền với cấu trúc của bản ngã tức là trung tâm điều khiển đời sống tâm linh con người (chương 5).

[Chương 1. BACẤP BẬC ĐỜI SỐNG TÂM LINH](#)

[Chương 2. BACẤP BẬC CỦA Ý THỨC](#)

[Chương 3. TIẾN TRÌNH QUYẾT ĐỊNH: ƯỚC MUỐN CẢM TÍNH VÀ ƯỚC MUỐN LÝ TÍNH](#)

[Chương 4. NỘI DUNG CỦA BẢN NGÃ \(EGO\)](#)

[Chương 5. CƠ CẤU BẢN NGÃ](#)

[KẾT LUẬN: LÒNG TỰ TRỌNG](#)

Chương 1. BACÁP BẬC ĐỜI SỐNG TÂM LINH



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM](#)

Nếu chúng ta xem xét mình một cách tường tận, chúng ta đi đến kết luận đầu tiên này, đó là con người có thể sống trên ba cấp bậc khác nhau: tâm lý-thể lý, tâm lý-xã hội và lý tính-tinh thần. Ba cấp bậc này thường liên kết chặt chẽ với nhau và có thể nhận diện qua hành vi cụ thể của con người, trong đó cấp bậc này có thể chiếm ưu thế hơn cấp bậc kia.

Thuật ngữ "cấp bậc" muốn nói đến giới hạn của sự hiểu biết và quan tâm của chúng ta, là độ cao từ đó chúng ta quan sát bản thân và thế giới. Khi chúng ta thay đổi cao độ, tầm nhìn chúng ta cũng thay đổi, tương tự như khi chúng ta leo lên các tầng lầu khác nhau. Trên tầng ba, toàn cảnh mà chúng ta nhìn khi ở tầng một được mở rộng hơn, những yếu tố mới được thêm vào và những yếu tố khác thu nhỏ lại, bởi vì các yếu tố đó được sáp nhập vào một tầm nhìn rộng lớn hơn. Ví dụ, ở cấp bậc tâm-thể lý thuần túy, con người thấy mình có nhu cầu tính dục; nhưng khi ở cấp tâm lý-xã hội, con người cũng thấy mình có nhu cầu chia sẻ với người khác; và khi ở cấp lý tính, tất cả nhu cầu đó lại nhắm đến việc hoàn thành các mục tiêu và mục đích. Khi chúng ta tiếp tục leo lên, các chiều kích trước không bị loại bỏ, nhưng được hội nhập vào một tầm nhìn rộng lớn và có ý nghĩa hơn. Tại mỗi cấp bậc, yếu tố tâm linh luôn luôn hiện diện, nhưng với mức độ và phẩm chất khác nhau.

Bây giờ chúng ta sẽ mô tả ba cấp bậc trong đời sống tâm linh và sau đó nêu lên một vài lãnh vực để hòa nhập ba cấp bậc với nhau.

A. MÔ TẢ CÁC CẤP BẬC

1. Cấp Bậc Tâm sinh Lý

Cấp bậc này bao gồm những sinh hoạt tâm linh gắn chặt với tình trạng thể lý khỏe mạnh hay đau yếu. Việc thỏa mãn hay không thỏa mãn các nhu cầu thể lý của cơ thể như đói, khát, ngủ, tồn tại và mạnh khỏe... quyết định tình trạng sức khỏe thể lý.

Nguồn gốc và cùng đích của các sinh hoạt này được biểu hiện qua cảm giác thiếu hụt hay thỏa mãn trên bình diện bản năng. Động cơ chi phối cấp bậc này là sự thỏa mãn các nhu cầu ấy. Người ta giải tỏa sự căng thẳng và thỏa mãn ước muốn này bằng những mục

tiêu đặc thù, cụ thể và ở bên ngoài con người. Con người cảm thấy toại nguyện khi "chiếm hữu" đối tượng một cách nào đó. Bởi thế, có một chuyển động đi từ chủ thể đến đối tượng và rồi quay về với chủ thể.

Động tác tìm kiếm một đối tượng để thỏa mãn là một hành động thủ đắc; nhưng động tác đó khởi sự với một tiến trình sinh học nhất định. Tiến trình đó thúc đẩy người ta tìm kiếm một sự thỏa mãn hoàn toàn và ngay tức khắc. Do vậy, hành động đó luôn luôn có tính chất tự động.

Ở cấp bậc này, người ta nhận thức thực tại một cách rời rạc và phiến diện. Thật thế, người ta xem xét thực tại trong tương quan trực tiếp hay gián tiếp với nhu cầu thể lý của mình. Nhận thức đó bị giới hạn trong phạm vi hữu hình, thể lý và hữu ích. Nhận thức đó hoàn toàn chủ quan.

Bên cạnh các nhu cầu khác nhau của thể lý, còn có một nhu cầu cơ bản hơn và được xem như động cơ đích thật thúc đẩy con người tồn tại và bảo toàn bản thân. Nhu cầu này gắn liền với việc diễn giải tổng quát về thực chất của đời sống, có tính vị lợi và cá nhân hơn.

2. Cấp Bậc Tâm Lý- Xã Hội

Cấp bậc này bao gồm những hoạt động của đời sống tâm linh liên kết với nhu cầu phát huy những tương quan xã hội, tức là nhu cầu "sống với". Là sinh vật mang tính xã hội, con người cảm thấy cần tăng cường tình bạn, cần giúp đỡ và được giúp đỡ và cảm nhận mình là thành viên của cộng đồng nhân loại, v.v...

Các hoạt động tâm linh này không bắt nguồn từ sự thiếu hụt trên bình diện thể lý hay do bản năng. Chúng không tương ứng với chuyển động thể lý, nhưng cũng có thể nhận diện được và để lại dấu vết trong hệ thần kinh.

Động cơ trực tiếp thúc đẩy con người hành động chính là ý thức về sự giới hạn và bất toàn của mình trong tư cách là một ngôi vị. Vì sự giới hạn và bất toàn này, chúng ta cảm thấy cần đến người khác. Đối tượng mang lại sự toại nguyện không phải là những đối tượng cụ thể như trong cấp bậc thứ nhất, vì ở cấp bậc tâm lý- xã hội chúng ta đối phó với những tình huống liên hệ đến con người. Đối tượng luôn luôn ở ngoài, mà chủ thể không bao giờ có thể đem vào trong cơ thể mình hay chiếm hữu như ở cấp bậc tâm-sinh lý, bởi lẽ người khác không phải là một vật thể.

Con người thủ đắc một phương pháp thỏa đáng là lặp đi lặp lại những hành động tỏ ra hữu hiệu trong việc đạt tới mục tiêu. Ngay cả trên cấp bậc này, cách vận hành cũng mang ít nhiều tính chất tất định (determinism). Đó là một sự tất định tương đối, chứ không hoàn

toàn tuyệt đối như trong cấp bậc 1. Sự tất định này có tính xã hội, qua đó con người bị thúc bách phải đi tìm một loại tương quan nhất định làm cho mình được thỏa mãn, hay khi đứng trước những tác nhân kích thích, sự tất định đó làm nảy sinh nơi con người một sự đáp ứng ít nhiều tự động.

Về phương diện nhận thức đối với thực tế, chủ thể chú ý và bị thu hút không phải vì đối tượng có những cấu tố hay giá trị nội tại của một ngôi vị, mà vì chủ thể xem đối tượng như một chức năng tạo nên tương giao tích cực. Tầm nhìn về thực tại tuy còn phiến diện và một chiều, nhưng cũng giả thiết là chủ thể đã có một khả năng nhất định trong việc diễn giải nhận thức mà mình đã trải nghiệm. Nhờ tầm nhìn đó, người ta có thể mở rộng nhận thức của mình, kể cả những chức năng khác và tiềm năng của con người. Điều đó muốn nói rằng mọi người đều cảm thấy ("lương tri") các mối tương giao liên vị là nền tảng của việc sống chung, ít nữa như một thiên hướng muốn nhận biết công ích.

Ngay trong cấp bậc này, ngoài nhu cầu cần có người khác và tương giao, chúng ta có thể nhận ra một điều gì đó cơ bản hơn: Đó là nhu cầu mở rộng và thể hiện bản thân thông qua người khác. Theo Nuttin, đó là cách biểu lộ bản chất tinh thần của con người; con người là một hữu thể hiện hữu trong tương quan lệ thuộc với người khác.

3. Cấp bậc Lý Tính - Tinh Thần

Cấp bậc này bao gồm những hoạt động tinh thần liên kết với nhu cầu muốn biết sự thật và khả năng của con người trong việc hiểu biết bản chất sự vật, nhờ việc suy diễn từ các dữ kiện khả giác. Nhờ khả năng này, chúng ta khác biệt với mọi sinh vật khác và có khả năng hiểu biết yếu tính của các sự vật, nghĩa là nhờ khả năng trừu tượng hóa mà chúng ta biết được yếu tính của sự vật từ các dữ kiện khả giác. Khi quan sát các dữ kiện, con người có thể rút ra những nguyên tắc tổng quát, tức là những khái niệm và quy luật trừu tượng chi phối và giải thích các dữ kiện khả giác. Khả năng này là "tinh thần" con người, một thực tại tương phản với vật chất, không thể đo lường, không thể phân chia, vượt trên không gian và thời gian. Nhờ khả năng này, con người có thể định nghĩa những khái niệm, biết được các sự vật trừu tượng, phán đoán và siêu vượt cái "ở đây và bây giờ" để khẳng định và theo đuổi các giá trị tinh thần.

Động cơ nền tảng của hoạt động trí óc không hệ tại sự khiếm khuyết của các mô hay ý thức về sự bất toàn, nhưng nằm trong ước muốn-nhu cầu muốn biết và giải quyết các vấn đề cơ bản như biết mình, chỗ đứng của mình trong thế giới, ý nghĩa cuộc sống và sự chết... Đồng thời, ước muốn-nhu cầu đó được hỗ trợ nhờ khả năng sử dụng chức năng - phương tiện của mình (instrumental- functional capacity) để nắm bắt ít là một phần, sự thật của các

sự vật. Đàng khác, ước muốn-nhu cầu đó còn được duy trì khi con người nhận thấy bị lôi cuốn hướng về sự thật, một sự lôi cuốn vượt xa ước muốn đơn thuần và chủ quan, và chỉ cho thấy ơn gọi của mọi người là tìm kiếm sự thật.

Đối tượng thỏa mãn khát vọng hiểu biết của con người được trình bày bằng những hạn từ hoàn toàn khác biệt với hai cấp kia (cho dù không loại bỏ chúng), cả về khía cạnh đặc trưng hay cụ thể (không phải là vật chất như hai cấp trên) và mối quan hệ giữa chủ thể với đối tượng thỏa mãn khát vọng của chủ thể. Con người không thể chiếm hữu đối tượng như ở cấp bậc thứ nhất (vd. thực phẩm) và cũng không thể giải thích và phát biểu tùy tiện theo nhu cầu của mình như trong cấp bậc thứ hai (vd. kết bạn để khỏi cảm thấy cô đơn). Trong cấp bậc lý tính - tinh thần, đối tượng cũng trở nên thành phần của con người và căn tính của mình, bởi vì đối tượng đáp ứng nhu cầu cơ bản và thiết yếu nhất của con người. Đàng khác, trên cấp bậc này con người không lặp đi lặp lại những hành động theo một kế hoạch đã học được nhằm thỏa mãn nhu cầu của mình. Một đàng, con người không bao giờ hoàn toàn toại nguyện trong việc tìm kiếm chân lý như Frankl đã nói: "Con người không thể trả lời cho câu hỏi về ý nghĩa tuyệt đối." Đàng khác, mỗi người có một cách tìm kiếm chân lý độc đáo của mình, người này không giống người kia và trong mức độ nào đó, ngay trong mỗi người thì cách thức tìm kiếm chân lý cũng thay đổi.

Sự mãn nguyện hay thỏa mãn trên cấp bậc này thì phức tạp và cũng ít máy móc hơn hai cấp bậc kia. Sự mãn nguyện phát sinh từ chính việc tìm kiếm chân lý và từ sự tương hợp giữa bản thân mình và sự thật, rõ ràng là sự tương hợp đó không bao giờ trọn vẹn được.

Cách thức vận hành ở cấp bậc này cũng rất khác biệt với hai cấp bậc kia và rất đặc trưng của "con người". Thật thế, trên cấp bậc này con người có khả năng không tán thành những đòi hỏi tức thời của bản năng và xã hội, và vượt lên trên sự tất định kèm theo những đòi hỏi đó. Khi con người sử dụng những khả năng thượng đẳng, con người có thể nhận biết bản chất của sự vật và mối liên hệ nhân quả. Con người có thể nắm bắt ý nghĩa của đối tượng và những tình huống thường đem lại thỏa mãn cho hai cấp bậc trên đây, bằng cách vượt trên chức năng thỏa mãn đơn thuần của chúng và tháp nhập vào một bối cảnh tổng quát và khách quan hơn.

Bằng cách đó, con người ta kiến tạo một quan hệ mới với môi trường chung quanh, đó một mối quan hệ tôn trọng và tự do: Con người tôn trọng các sự vật và tự do đối với sự vật. Con người tôn trọng sự vật, bởi vì con người có khả năng "biết" sự vật như đã nói ở trên, đó là những nguyên tắc và quy luật tổng quát gắn liền với bản chất của chính sự vật.

Nhờ hiểu biết thực tại mà con người có thái độ trân trọng đối với các sự vật và con người. Thật vậy, khi con người nhận thấy ý nghĩa của sự vật, con người không thể sử dụng chúng vì lợi ích riêng của mình (cấp bậc 1 và 2), đồng thời đặt mình trong tư thế tự do đối với chúng. Hành động như thế là hoàn toàn hợp lý; bởi vì khi tôi không còn nhóm các sự vật theo tiêu chuẩn có lợi hay không có lợi cho tôi, bấy giờ tôi được giải thoát không còn bị lệ thuộc vào chúng, hay ít nữa là không còn bị chi phối bởi sự tất định có thể khiến tôi làm nô lệ cho chúng. Có thể nói nếu chúng ta có khả năng gọi đúng tên của sự vật, thì đó là dấu hiệu của nguồn mạch của tự do. Sự tự do này là nền tảng cho những sự tự do khác.

Chúng ta hãy kể ra đây một vài ví dụ. Chẳng hạn khi một người biết "giải mã" các sự vật một cách chính xác ông có thể mở rộng quỹ đạo kiến thức của mình, không phải về mặt số lượng nhưng về mặt phẩm chất. Nhờ khả năng trừu tượng hóa, ông không chỉ có khả năng khái niệm hóa các sự vật hữu hình, nhưng còn hiểu biết những điều trừu tượng như khái niệm nhân đức, thiện hảo và công lý. Tất cả những khái niệm đó thì không đo lường được về mặt không gian và thời gian (cấp 1) nhưng mang lại cho ông một sự giải thích thỏa đáng và khôn ngoan vượt trên tiêu chuẩn lợi ích cá nhân, sự mãn nguyện trong tương quan xã hội và công bình giao hoán (cấp 2).

Một hệ quả khác là khả năng hiểu biết và sử dụng biểu tượng và ngôn ngữ biểu tượng. Khả năng đó không chỉ thể hiện sự nhận thức sâu sắc về thực tại và tự do đối với thực tại, mà còn là phương tiện hợp lý để truyền đạt kiến thức một cách hữu hiệu hơn, để thiết lập mối quan hệ và so sánh hợp lý, và để có được những kiến thức mới và thâm sâu hơn. Tất cả những điều này hoàn toàn vượt trên lối nhận thức rời rạc trong hai cấp bậc trước.

Cuối cùng, con người càng có óc sáng tạo, thì càng dễ tách rời khỏi sự thúc bách hoàn toàn tất định của những phản xạ khả giác (cấp 1) hay các nhu cầu xã hội có tính tất định tương đối (cấp 2).

Qua những ví dụ trên đây, chúng ta đủ thấy rằng khuynh hướng thật sự, vốn là nguồn gốc của mọi hành vi, nằm tại cấp bậc lý tính - tinh thần. Khuynh hướng đó không chỉ là một bản năng tự bảo toàn nhờ nhu cầu "tiêu thụ," cũng không phải là một thúc bách thể hiện mình qua trung gian người khác, nhưng là một khuynh hướng siêu việt (self-transcendence). Mọi hoạt động trên cấp bậc này vượt qua ranh giới của sự kiện xảy ra ngay trước mắt và hữu hình: Chúng là những hoạt động "tinh thần". Như thế, các hoạt động đó được thực hiện bởi "bản ngã tinh thần" có khả năng siêu việt nhân tính và những hoàn cảnh ghi dấu bởi những giới hạn, để hướng tới tha nhân với thái độ vị tha và quên mình, hay khám phá được

ý nghĩa và giá trị làm cho đời sống mình trở nên chân thực. Frankl tìm thấy bản chất của con người trong sự siêu việt ấy: "Làm người chủ yếu là hướng về một đối tượng siêu việt chúng ta, ở bên ngoài và bên trên chúng ta. Nghĩa là chúng ta hướng tới một điều gì hay một người nào đó: Một mục tiêu phải đạt tới hay một người mà ta phải gặp và yêu mến. Vì thế, con người là chính mình trong mức độ vượt qua chính mình và quên mình.

Một lần nữa, chúng ta buộc phải quay lại vấn đề tự do: Chính khi chúng ta xem xét khả năng siêu việt của con người mà chúng ta mới có thể hiểu tự do phát xuất từ đâu và làm cách nào để có tự do. Chỉ khi nào con người tái khẳng định và nỗ lực chinh phục bản thân mà con người mới có thể kiểm chứng là mình có tự do thắng vượt mọi sự tất định, một sự tự do ít nhiều bị che dấu. Bởi đó, chỉ khi nào con người có tự do để tự siêu việt, con người mới có thể nghe được tiếng gọi, khám phá những chiều kích mới của đời sống và quyết định đáp lời. Khi con người đáp lời, con người trở thành một tác nhân luân lý và nhận thấy mình có trách nhiệm về hành vi của mình. Tuy nhiên, ở đây chúng tôi chưa muốn bàn đến những vấn đề liên hệ đến luân lý và mối liên hệ mật thiết giữa tự siêu việt, - tự do - trách nhiệm, mà chỉ muốn lưu ý rằng cấp bậc thứ 3 là cấu tố nền tảng của đời sống tâm linh và là điều kiện mà con người không thể tránh được.

Trong bối cảnh đó, chúng ta cần nhận định về lịch sử của vấn đề. Chúng ta tin rằng khoa tâm lý học hiện đại là một khám phá tiệm tiến những tiềm năng khác nhau của đời sống tâm linh, đó là một chuyển động đi từ những dấu hiệu trên cấp bậc tâm thể lý đến những điểm nhấn tổng quát hơn của cấp lý tính-tinh thần. Thật vậy khi chúng ta sử dụng nguyên tắc này để đọc và tìm hiểu quá trình phát triển của khoa tâm lý, chúng ta đi từ một quan điểm cơ giới đến một quan điểm mở ra với thế giới tinh thần. Như thế là đủ thấy quan điểm duy sinh vật của Freud ít nhiều mang tính phiếm tính dục (pan- sexual). Quan điểm này đã làm cho nhiều người phản ứng ngay lập tức, trong đó có Jung và Adler. Hai nhà tâm lý này đã công khai chống đối thuyết giản hóa luận vật chất của nhà sáng lập khoa tâm lý học hiện đại.

Ngay cả hôm nay, trong phạm vi tâm lý học vẫn còn có một khuynh hướng theo thuyết tất định, mặc dầu hoàn toàn đa dạng: Đó là tâm lý học hành vi của Watson và Skinner, tâm lý học hành vi của Hull, trường phái phản xạ của Pavlov và tân thuyết sinh học của Louwen. Tuy nhiên, quan điểm của Jung và Alder cũng chấp nhận một lối giải thích ít tính chất tất định hơn về đời sống tâm linh. Các nhà tâm lý học nhân văn đã đi theo quan điểm của Adler một cách minh nhiên hay mặc nhiên, trong số đó đứng đầu là Allport, Fromn, Maslow, Goldstein. Ngoài ra còn có Roger với khoa tâm lý học nhân văn-hiện tượng và những tác giả đề cao tự do của con người trong một khái niệm toàn diện về con người và

dứt khoát loại bỏ quan điểm duy sinh vật và bi quan của Freud.

Nhưng nổi bật hơn cả là quan điểm duy linh của Jung. Quan điểm của ông đã vượt trội quan điểm ban đầu của Freud và những thuyết tất định khác liên kết với quan điểm của Freud, nhờ sự phát triển và những cách trình bày hoàn toàn mới (về quan điểm của Jung) của các tác giả như Frankl với khoa ý nghĩa trị liệu (logotherapy), Nuttin với lý thuyết tương quan, Thomae với các nghiên cứu về quyết định của con người, Goldin và Vergote với tâm lý tôn giáo, Caruso với tâm lý nhân cách chiều sâu, và nhiều tác giả khác.

Về điểm này, lời khẳng định của L. Rangel thật ý nghĩa. Tháng 7 năm 1975 tại Luân đôn, nhà phân tâm học nổi tiếng của trường phái Freud đã phát biểu tại Hội nghị Quốc tế các Nhà Phân tâm học: "Những vấn đề như sự toàn vẹn, quyết định và hành động chắc chắn đưa chúng ta đến cốt lõi của vấn đề trách nhiệm của con người và khía cạnh ẩn khuất trong hành vi con người. Khía cạnh đó đã từng bị quên lãng và che khuất trong quá khứ nay có cơ hội trở lại nhờ khoa phân tâm học". Ông tiếp tục khẳng định nếu khoa phân tâm học muốn phục vụ sự nghiệp thăng tiến con người, nó phải luôn ý thức về những vấn đề như sự quyết định, việc nội tâm hóa và các giá trị.

Nếu dùng hình ảnh biểu tượng như Freud, chúng ta có thể nói rằng lịch sử khoa tâm lý học đã có một bước tiến đi từ nguyên tắc khoái lạc đến nguyên tắc thực tế (reality principle).

B. CẤP BẬC CỦA TIẾN TRÌNH TOÀN NHẬP

Mọi hoạt động của đời sống tâm linh thường chứa đựng và bộc lộ ba cấp bậc. Mặc dầu ba cấp bậc đó thể hiện trong những mức độ khác nhau, nhưng "trong thực chất thì gắn kết với nhau trong hành vi cụ thể của con người." Chúng ta cũng đã thấy rằng cấp bậc lý tính-tinh thần là cấp bậc đặc trưng dành riêng cho con người, trong khi cấp bậc 1 và một phần cấp bậc 2 thuộc về thú vật. Do đó, giữa các cấp bậc có một trật tự tự nhiên mà chúng ta phải tôn trọng, trong khi vẫn phải xem xét các thuộc tính, các chức năng và quy luật mà chúng ta không thể giản lược như Nuttin đã lưu ý. Tuy nhiên, trật tự các cấp bậc còn tùy thuộc sự tự do của con người, khi con người quyết định đặt toàn thể đời sống tâm linh dưới sự hướng dẫn của cấp bậc nào và con người đứng ở cấp bậc nào để giải thích về mình và thế giới. Cấp bậc lý tính-tinh thần vốn chiếm chỗ đứng ưu tiên, nhưng trên thực tế, nếu người ta sắp xếp cấp bậc lý tính-tinh thần ở một vị trí nhằm phục vụ hai cấp bậc kia và tùy thuộc hai cấp bậc kia, bấy giờ trật tự các cấp bậc bị đảo lộn. Căn tính mỗi người cũng tùy thuộc trật tự những cấp bậc của mình: Căn tính mỗi người thì tương ứng với cấp bậc ưu tiên mà người ta dành cho nó.

Nói một cách chính xác hơn, nếu con người không có tự do để xác lập thứ tự ba cấp bậc, bấy giờ con người bị thúc ép phải đi theo một lối sống bị chi phối bởi sự xếp đặt ngẫu nhiên giữa ba cấp bậc. Ba cấp bậc ấy được xếp đặt dưới sức ép của các nhu cầu hơn là sự tự do chọn lựa. Tuy nhiên, trong mọi trường hợp, không ai có thể bỏ qua những đòi hỏi và những yếu tố riêng của mỗi cấp bậc. Bởi đó, sự trưởng thành đích thật nằm ở chỗ này: Làm sao người độc thân có thể sử dụng thân xác để mở rộng tương quan và sử dụng khả năng tư duy để toàn nhập những chiều kích khác nhau nơi bản thân mình? Chúng ta có thể nói ngay rằng người ta cần phải hội nhập các chiều kích một cách hài hòa, không thiên lệch cũng không loại trừ và có một điểm quy chiếu rõ ràng để làm cho toàn thể đời sống có trật tự và ý nghĩa.

Thật thế, sự trưởng thành và toàn nhập không phải là hiện tượng tự phát, nhưng là một tiến trình qua đó người ta nỗ lực thiết lập một sự quân bình giữa những chiều kích và khám phá căn tính của mình, luôn ghi nhớ tính chất phức tạp của con người.

1. Quân bình Ngoại Giới và Nội Giới: Nguyên Tắc Toàn Diện

Sự quân bình này là một đòi hỏi cơ bản, bởi vì ba cấp bậc đều cùng hiện diện trong mỗi hành vi của chúng ta. Có một điều gì đó thể hiện nơi hành vi con người, bởi vì con người là một thực thể duy nhất bao gồm các chiều kích thể lý, tương quan và lý tính, và biểu lộ bản chất phức hợp của mình qua mỗi hành động.

Trước hết, đó là sự hài hòa ngoại giới, tức là mối tương quan giữa ba cấp bậc. Mọi biểu hiện của đời sống tâm linh không chỉ biểu lộ bản chất phức hợp của con người, nhưng còn cho chúng ta thấy rằng chúng ta chỉ có thể đạt được sự hài hòa ngoại giới khi tiềm năng của các cấp bậc cùng hiện diện và bổ túc cho nhau. Ví dụ, chúng ta không thể suy tư hay quyết tâm hành động, nếu thân xác không được nghỉ ngơi đầy đủ và những nhu cầu cơ bản nhất định của thân xác chưa được đáp ứng. Lại nữa, tư tưởng và sự quyết chí không chỉ tùy thuộc tình trạng sức khỏe nội tâm (mạnh khỏe hay ốm yếu) mà còn tùy thuộc mối tương quan xã hội tích cực (hay tiêu cực) của chúng ta. Dàng khác, cách sống của chúng ta trên cấp bậc lý tính-tinh thần cũng chi phối tình trạng thể lý và tương quan xã hội xã của chúng ta, theo một cách khác và tinh tế hơn. Chẳng hạn sau khi chúng ta đã giải quyết những vấn đề cơ bản hay đem lại ý nghĩa cho đời sống, chúng ta được bình an trong tâm hồn. Mỗi ngày chúng ta đều nhận thấy cấp bậc này tác động lên cấp bậc kia.

Chúng ta cũng có thể kết luận như thế, nếu chúng ta xem xét sự tương thuộc chức năng giữa cấp bậc này với cấp bậc khác. Nếu chúng ta muốn suy tư hay làm việc tổ chức cho hiệu quả, thì không những chúng ta cần đến hai cấp bậc kia, mà còn cần một bộ não có

cơ cấu sinh học lành mạnh và hoạt động tốt, nhờ đó trí tuệ có thể suy tư, ký ức có thể ghi nhớ và lời nói có thể diễn tả tư tưởng và thi hành chức năng của mình trong xã hội. Đó là những quy luật tự nhiên.

Chúng ta cũng cần có một sự quân bình nội giới, tức là sự hài hòa giữa những yếu tố trong mỗi cấp bậc. Mỗi cấp bậc có những đòi hỏi và đặc tính thiết yếu mà chúng ta cần phải tôn trọng. Đó là nguyên tắc toàn diện (totality), nhờ đó mà nội giới được quân bình.

Chúng ta hãy quan sát những hiện tượng xảy ra trên cấp bậc sinh lý. Chủ thể có thể nhận biết tác nhân kích thích (đói, buồn ngủ, v.v...) khi có sự phối hợp giữa các tế bào, các mô, các phản ứng hóa học và cảm nhận của cơ quan nội tạng. Cao điểm của tiến trình nhận thức là chủ thể nhờ giác quan mà biết được tác nhân kích thích và đáp lại cách tương ứng. Cơ thể con người được tổ chức một cách tỉ mỉ (như khoa sinh học cho biết) và tổ chức đó tuân theo tiêu chuẩn là sự ổn định và năng động của toàn cơ thể con người và thiết lập một sự quân bình giữa sự khỏe mạnh của mỗi thành phần và sự khỏe mạnh chung của toàn cơ thể. Điều đó được thể hiện rõ ràng trong trường hợp "cấp cứu". Chẳng hạn khi một bộ phận của cơ thể bị tổn thương hay bị nhiễm trùng, thì những bộ phận khác liền cứu viện ngay tức khắc, bằng cách tăng cường hoạt động để sản sinh nhiều tế bào và nội tiết tố hơn, nhằm khâu lại vết thương hay chữa trị bộ phận bị nhiễm trùng. Tóm lại, cơ thể chúng ta có một hệ thống quy luật bẩm sinh nhằm làm cho cơ thể được mạnh khỏe tối ưu và vì lợi ích của toàn cơ thể. Hệ thống quy luật đó cũng phối hợp các bộ phận với nhau và "bắt buộc" các bộ phận phải hoạt động vì mục tiêu chung và "từ bỏ" mục tiêu riêng của mình.

Nguyên tắc toàn diện vốn bắt nguồn từ cơ thể con người và là một nguyên tắc rất quan trọng, bởi vì nó cho thấy chính thiên nhiên đã cho thân xác chúng ta một cách thức hiện hữu. Vì thế, chúng ta cũng có thể nhận thấy nguyên tắc toàn diện ở các cấp bậc khác, dĩ nhiên là theo một cách thức khác. Trong bất cứ trường hợp nào, thì nguyên tắc toàn diện vẫn là điều kiện để thiết lập sự quân bình ngoại giới.

Như vậy trên cấp bậc tâm lý-xã hội, chúng ta cũng cần có sự quân bình nội giới tương tự như thế, đó là hoa quả của tình trạng cân đối giữa tinh thần cá nhân và ý thức thuộc về nhóm. Trên cấp bậc này, chúng ta cũng nhận thấy các yếu tố có khuynh hướng giữ cân bằng theo nguyên tắc toàn diện, cho dù các yếu tố đó không vận hành một cách bộc phát như trong cấp bậc 1 (trên thực tế thì vẫn có một sự căng thẳng nhất định), nhờ khuynh hướng đặc trưng đó và nhờ ý thức về sự bất toàn của mình cũng như sự thu hút của người khác, con người được thúc đẩy phải ra khỏi mình để trao ban, đón nhận, sống với nhau, tìm thấy mình qua tha nhân và ý thức mình là thành phần của toàn thể. Mỗi người đều mang

trong mình khát vọng đó, và nếu không có khát vọng đó thì không có xã hội và cũng không có con người. Lại nữa, khi năng lực “xã hội” thúc giục con người phá vỡ ranh giới của mình mà không trở nên xa lạ với tha nhân, năng lực đó cũng tuân theo tiêu chuẩn toàn diện, tức là sự ổn định và năng động của toàn thể xã hội. Thật vậy, người trưởng thành thì sống hài hòa và không có xung đột giữa ý thức cá vị tính của mình và ý thức thuộc về nhóm. Trong khi họ ý thức mình là thành phần của toàn thể nhóm, họ không cảm thấy cá vị tính mình bị xem nhẹ hay xúc phạm. Mặt khác, tuy họ thấy mình là một cá thể độc đáo, nhưng họ không cảm thấy bị cô lập. Họ biết phải làm gì để là chính mình và để thiết lập tương giao với người khác. Trong khi họ cảm thấy mình là thành phần tích cực và có trách nhiệm của một toàn thể, họ góp phần xây dựng toàn thể và làm cho toàn thể trở nên nguồn mạch thiện hảo cho mọi người. Đó là một quy luật tự nhiên mà chúng ta dễ nhận thấy trong hoàn cảnh cụ thể. Vì quy luật đó mà con người có thể hoạt động vì công ích, và nếu cần thì có thể dẹp bỏ lợi ích riêng tư để phục vụ lợi ích của mọi người, nhất là trong những hoàn cảnh đặc biệt. Họ thực hiện quy luật đó một cách quân bình tương tự như sự cân đối trong cơ thể con người. Nguyên tắc toàn diện luôn luôn là điều kiện để có sự quân bình nội giới bên trong mỗi cấp bậc và giữa các cấp bậc với nhau.

Nếu chúng ta tiếp tục xem xét cấp bậc lý tính-tinh thần, chúng ta cũng nhận thấy một mối quan hệ như thế. Tuy nhiên, mối quan hệ này có lẽ căng thẳng hơn và ít tính bộc phát hơn hai cấp bậc kia: Đó tương quan giữa bản ngã và sự thật. Một mặt, tôi ước muốn và có nhu cầu biết mình và chỗ đứng của mình trong cuộc sống, mặt khác tôi phải đối diện với sự thật siêu việt tôi và bao trùm toàn thể thực tại. Đó là một nhu cầu mà con người không thể loại bỏ và thúc bách con người (mọi người chứ không chỉ các triết gia) đi tìm sự thật. Từ đó mà phát sinh mối quan hệ giữa sự thật của tôi và sự thật tự tại, và vì thế mà có vấn đề. Tuy nhiên, chính nguyên tắc toàn diện lại chỉ cho chúng ta thấy con đường “tự nhiên” để biến sự căng thẳng thành cơ hội sinh hoa trái và sự quân bình. Nguyên tắc toàn diện cũng cho tôi nhận thấy chân lý toàn diện là một thực tại làm tôi say mê hoàn toàn, thúc giục tôi phát huy tối đa khả năng tư duy và thúc đẩy tôi vượt lên chính mình. Đó là cách đi tìm sự thật. Nói một cách cụ thể, tôi ý thức mình là một con người đang đi tìm sự thật, chứ không làm ra vẻ là mình đã đạt tới mục tiêu hay đã biết hết mọi sự. Tôi nhận biết các giới hạn tự nhiên của mình và vì thế tôi không xem trực giác của mình là tuyệt đối, nhưng sẵn sàng đón nhận sự đóng góp của người khác hay ít nữa là chấp nhận một sự đối đầu biện chứng với người khác. Nếu chúng ta đi tìm sự thật theo cách thức đó, bấy giờ chúng ta sẽ cởi mở trí óc và nhạy bén trong nhận thức trực giác, để không biến một phần sự thật thành những quy luật chung. Cuối cùng, đó cũng là những đặc tính cơ bản mà khoa học tri thức đòi hỏi như những

điều kiện tiên quyết, nếu chúng ta muốn hiểu biết một cách chắc chắn.

Tóm lại, dù đứng trên cấp bậc nào của đời sống tâm linh, chúng ta đều có thể nhận thấy nguyên tắc toàn diện và khả năng siêu việt hiện diện trong các cấp bậc khác nhau. Trong mỗi cấp bậc, chúng ta đều được thúc đẩy để "vượt lên".

- * Cấp bậc 1: Vượt lên sự mạnh khỏe thể lý của mỗi thành phần.

- * Cấp bậc 2: Vượt lên sự hạnh phúc của tôi.

- * Cấp bậc 3: Vượt lên nhận thức của tôi về chân lý.

Ngoài ra, chúng ta cần lưu ý rằng tiêu chuẩn toàn diện hay năng lực siêu việt là một nguyên tắc tự nhiên. Tuy nhiên, nếu nguyên tắc đó xuất phát từ cấp bậc 1, thì đương nhiên là nó sẽ vận hành kém hiệu năng và con người phải vận dụng tự do và trách nhiệm để can thiệp mạnh mẽ hơn.

2. Định Nghĩa Bản Thân Và Các Cấp Bậc

Tùy ưu thế của mỗi cấp bậc (tâm-thể lý, tâm lý-xã hội hay lý tính-tinh thần) trong đời sống tâm linh mà con người sẽ có một hình ảnh bản thân nhất định. Nếu chúng ta thường sống ở một cấp bậc nào đó, chúng ta sẽ gắn bó mật thiết với nội dung tương ứng của cấp bậc ấy. Như thế, nếu chúng ta dành ưu tiên cho cấp bậc tâm-thể lý chúng ta sẽ gắn bó mật thiết với thân xác và những đặc điểm bên ngoài của thân xác như thể hình và vẻ đẹp mà chúng ta nhận thấy trước mắt. Vì thế, chúng ta sẽ quan tâm quá mức đến sức khỏe và vẻ đẹp, sự cường tráng và sự trẻ trung của thân xác. Chúng ta khó chấp nhận bất cứ khiếm khuyết nào về mặt thẩm mỹ, bệnh tật hay tình trạng suy yếu mà cơ thể không sao tránh được. Nếu chúng ta dành ưu tiên cho cấp bậc tâm lý-xã hội, chúng ta sẽ xác định căn tính của mình dựa trên những năng khiếu và tài năng của chúng ta: Trí thông minh, sự hòa đồng, tính quyết đoán khi làm việc và nhân đức cuối cùng, nếu chúng ta dành ưu tiên cho cấp bậc lý tính - tinh thần, chúng ta sẽ vượt lên những lợi ích trước mắt và khả năng tinh thần của mình, để định nghĩa bản thân dựa trên dự phóng đời sống mà chúng ta tự do chọn lựa. Thiết lập dự phóng đời sống và thực hiện dự phóng cho đến cùng, đó là nguồn mạch của lòng tự trọng.

Nếu chúng ta muốn thiết lập một đẳng cấp giữa các cấp bậc, thì rõ ràng là cấp bậc 3 phải đảm nhận chức năng hướng dẫn và tham chiếu. Chức năng này quả là điều cần thiết, nếu chúng ta muốn cho mọi hành động trở nên "nhân bản", tính chất tự động của cơ thể và khuynh hướng xã hội được phối hợp và ăn khớp với nhau để con người được hạnh phúc toàn diện, bởi vì con người không hiện hữu chỉ vì thân xác hay vì tương quan.

Qua kinh nghiệm hằng ngày, chúng ta thấy rằng con người không thể viên thành, nếu con người chỉ biết đáp lại những tác nhân kích thích cơ thể của mình hay trôi nổi trong xã hội như một xác chết. Chúng ta có thể hành động như thế, nếu chúng ta đặt những hoạt động đó trong một dự phóng khả thi. Nghĩa là chúng ta cần có là một khung định hướng hoạt động như một mắt xích liên kết những cấp bậc khác nhau và quan tâm đến bản tính con người. Nhờ tiêu chuẩn toàn diện, chúng ta làm cho mỗi cấp bậc có được sự quân bình nội giới và những cấp bậc khác lệ thuộc cấp bậc thứ ba. Điều đó có nghĩa là sự thiện của mỗi cấp bậc phải phục vụ sự thiện toàn diện của con người. Như vậy, chúng ta áp dụng nguyên tắc toàn diện không chỉ theo chiều ngang (để mỗi cấp bậc có thể vận hành tốt), mà còn theo chiều dọc, để quy hướng mọi cấp bậc về một mục tiêu, đó là sự thiện toàn diện của con người chứ không phải là sự thiện riêng của mỗi cấp bậc. Thật thế, khi chúng ta gắn bó mật thiết với cấp bậc thứ ba, chúng ta đứng trên một "điểm quan sát" bao quát hơn nhờ tiêu chuẩn toàn diện và có được một "điểm quy chiếu" ổn định và có ý nghĩa hơn. Chúng ta không có được lợi điểm đó khi chúng ta gắn bó với những cấp bậc thấp hơn, bởi vì những cấp bậc đó chỉ có thể cho chúng ta thấy được một phần của sự thiện và vì thế mà chúng ta chưa có được một căn tính trọn vẹn. Đàng khác, khi chúng ta xem sự thiện thể lý hay sự thiện xã hội là sự thiện tuyệt đối và tối hậu, bấy giờ sẽ sinh ra sự mâu thuẫn. Sự mâu thuẫn đó cũng là nguyên nhân gây ra xung đột trong ý thức căn tính. Bấy giờ chúng ta sẽ giảm trừ những biểu hiện, ước muốn và đòi hỏi của cấp bậc cao hơn; và hậu quả là chúng ta thổi phồng và bóp méo sự thiện tương đối và căn tính chúng ta trở nên khuếch tán.

Mọi năng động giảm trừ đều có nghĩa:

- a) Tuyệt đối hóa sự thiện thấp kém hơn và bắt mọi sự thiện khác phải lệ thuộc vào sự thiện đó.
- b) Sự thiện cao hơn được giải thích theo chiều hướng giảm trừ để có thể tuyệt đối hóa sự thiện thấp kém hơn.
- c) Miệt mài tìm kiếm sự thiện thấp kém hơn.
- d) Không chắc là có thể chiếm được sự thiện thấp kém đó hay không thể chiếm được sự thiện đó.
- e) Thất vọng và có thể loại bỏ sự thiện đó để đi tìm điều trái ngược.

Ví dụ, nếu chúng ta sống trên cấp bậc 1, thì sự mạnh khỏe thể lý trở thành mục đích của đời sống. Bấy giờ chúng ta tập trung vào việc chăm sóc và giữ gìn sức khỏe, đồng thời tránh mọi nguy cơ có thể gây thiệt hại cho sức khỏe thể lý (tuyệt đối hoá). Chúng ta quan

hệ với mọi sự vật theo nào trạng duy tiêu thụ và khi chúng ta chiếm hữu các sự vật, chúng ta có cảm tưởng mình là chủ nhân của số phận mình và sở hữu là bảo đảm cho hạnh phúc cuối cùng (giảm trừ thứ 1). Chúng ta cũng tương giao với tha nhân theo chiều hướng đó, bởi vì chúng ta tương giao với tha nhân là để tìm kiếm thú vui thể xác một cách trực tiếp hay gián tiếp. Con người bị "phi nhân hóa" và tính dục hóa thành món hàng tiêu thụ. Theo chiều hướng đó, cái tôi lý tính trở thành công cụ phục vụ cho việc giản hóa, bằng cách biện minh cho sự hợp lý của việc giản hóa (giảm trừ thứ 2). Thế nhưng, khi chúng ta nhận thấy mình không có khả năng chấp nhận quy luật tự nhiên - nghĩa là cơ thể buộc phải suy yếu dần dần, và không thể tìm thấy ý nghĩa của bệnh tật và sự chết, bấy giờ sự mầu thuẫn sẽ bộc lộ trong trật tự các cấp bậc mà chúng ta đã thay đổi. Khi sự mạnh khỏe trở thành cùng đích tự tại, chúng ta sẽ tìm kiếm sự mạnh khỏe một cách tùy tiện, và sẵn sàng vất bỏ mọi sự để được mạnh khỏe (giảm trừ thứ 3). Tuy nhiên, sớm hay muộn thì chúng ta cũng phải nhận thấy sự mạnh khỏe là một sự thiện mong manh (giảm trừ thứ 4). Bấy giờ, chúng ta cảm thấy thất vọng vì không thể đạt được sự thiện, khi nó trở thành bất khả thi. Hoặc ngược lại, chúng ta sẽ sử dụng ma túy hay bất cứ thứ gì có thể giúp chúng ta lẫn tránh vấn đề hay tìm thấy một thú vui khác; thậm chí chúng ta có thể đi đến chỗ muốn chết, cho dù chúng ta vẫn yêu đời (giảm trừ thứ 5). Khi chúng ta tuyệt đối hóa sự thiện tương đối, chúng ta sẽ rước họa vào thân.

Hiện tượng đó cũng có thể xảy ra trên cấp bậc tâm lý-xã hội. Khi chúng ta tìm kiếm hạnh phúc trong quan hệ xã hội và khẳng định những phẩm chất của mình là điều tối quan trọng, bấy giờ chúng ta xem tương quan giữa mình với người khác là quan trọng và không ngừng khao khát tương giao với người khác. Điều chúng ta hằng tìm kiếm là được yêu thương, kính trọng và tán thành. Một khi chúng ta bị bó buộc phải thành công, chúng ta đồng hóa mình với hình ảnh xã hội của mình và chỉ quan niệm tích cực về bản thân trong mức độ chúng ta được người khác yêu thương và quan tâm. Mặc dù mọi người cần phải tương giao với tha nhân, nhưng ở đây tương giao có nguy cơ trở thành một sự lệ thuộc mà chúng ta không bao giờ muốn. Ngoài cơ chế "hợp lý hoá" thường được sử dụng (trong những trường hợp này), chúng ta còn sử dụng trí tuệ để tạo ra những hy vọng hão huyền liên quan đến vai trò và mối quan hệ của mình trong xã hội. Chính cái "tôi" mơ ước và hy sinh toàn thân vì những phần thưởng rẻ tiền và cố định. Tuy nhiên, chúng ta sẽ thất vọng vì các ước mơ đó không thể thực hiện được, bởi vì chúng ta buộc phải chờ nhiều hơn nữa rồi mới có thể có được phần thưởng, hay vì chúng ta buộc phải quên mình thay vì đặt mình ở trung tâm mọi sự.

Đến lúc ấy, chúng ta có thể chọn lựa thái độ đối nghịch, nghĩa là chúng ta tự cô lập,

lên án và gây hấn với những kẻ không đáp ứng sự chờ đợi của chúng ta và gây hấn với xã hội nói chung. Nouwen đã nói: "Ranh giới giữa thân mật và bạo lực thì rất mong manh. Chúng ta đã từng thấy hay nghe nói về sự tàn ác giữa vợ chồng, cha mẹ và con cái, anh chị em với nhau. Từ đó, chúng ta thấy rằng ai thêm muốn được yêu dữ dội thì thường rơi vào những tương quan thô bạo. Qua những câu chuyện xâm phạm tính dục, huỷ hoại thân thể và giết người đăng trên nhật báo, chúng ta thấy được một xã hội gồm những người ôm ghì và giữ chặt lấy nhau, khóc lóc và kêu gào tình yêu, nhưng chẳng nhận được gì ngoài trừ bạo lực."

Một lần nữa, chúng ta lại thấy rằng nếu một sự thiện nằm ngoài tầm nhìn toàn diện của con người, nó sẽ bất khả thi và chống lại chính con người.

Tôi tưởng rằng chỉ khi nào chúng ta tham chiếu dự phóng toàn diện (cấp bậc thứ 3), bấy giờ chúng ta mới có thể khám phá bản chất đích thật của con người và rút ra được sự thiện có thể làm cho chúng ta thỏa mãn "hoàn toàn." Khi chúng ta định nghĩa bản thân trên cấp bậc lý tính-tinh thần, chúng ta không có ý loại bỏ hai cấp bậc kia, nhưng sử dụng những đòi hỏi của hai cấp bậc đó như phương tiện để theo đuổi những mục tiêu đưa đến sự thiện toàn diện. Nhờ đó, chúng ta sẽ thiết lập được một tương quan mới với mình và thực tại, đặt nền tảng trên sự tôn trọng, tự do và sáng tạo. Chẳng hạn, trong khi chúng ta tôn trọng các nhu cầu thể lý, các đặc tính tâm lý và các yêu cầu của xã hội, chúng ta hoàn toàn tự do chứ không bị bó buộc phải theo đuổi những sự thiện đó bằng mọi giá và xem chúng là sự thiện lớn nhất. Đàng khác, chúng ta sử dụng óc sáng tạo để giải thích những sự thiện đó sao cho phù hợp với sự thiện toàn diện của mình.

3. Tính Ưu Việt của Lý Trí?

Tuy vậy, nếu chúng ta chỉ dựa vào cấp bậc thứ 3, thì liệu có đủ để phối hợp các cấp bậc trong đời sống tâm linh và hướng đến sự thiện đích thật không? Nhiều người trả lời có, nhưng trên thực tế thì không.

Trước hết, nếu đời sống tâm linh con người có ba cấp bậc, thì điều đó chứng tỏ rằng con người không thể bị giảm trừ vào khả năng quyết định thuần túy. Trong hai cấp bậc thứ nhất và thứ hai, chúng ta đã thấy việc đáp ứng mang tính tự động; cơ chế tự động chiếm vị thế áp đảo tuyệt đối ở cấp bậc 1 và vị thế áp đảo tương đối ở cấp bậc 2. Sự đáp ứng tự động rõ ràng cho thấy tính thụ động, sự lặp đi lặp lại và sự tất định; những tính chất đó hoàn toàn trái nghịch với sự quyết định. Vì thế, nếu lối sống chúng ta thường dừng lại ở những cấp bậc này (nhất là cấp bậc 1), chúng ta sẽ không biết quyết định, nhưng luôn luôn ở trong tư thế quy phục. Khi chúng ta chỉ dựa trên những cấp bậc này mà "chọn lựa (nhất là

khi những chọn lựa đó hoàn toàn hướng về sự thiện phiên diện), bấy giờ tác nhân kích thích chính là tác nhân định đoạt sự chọn lựa của chúng ta. Chúng ta đáp lại tác nhân kích thích mà không chú tâm vào việc chúng ta làm, thậm chí không ý thức. Chúng ta quy phục cuộc sống như nó diễn ra và có nguy cơ thiếu khả năng lấy quyết định nghiêm túc. Chúng ta không bao giờ bị bó buộc phải quyết định theo lẽ phải, cho dù chúng ta có thể quyết định như thế. Nếu chúng ta chỉ nhấn mạnh đến lẽ phải mà thôi, thì lẽ phải vẫn không đủ để giúp chúng ta loại bỏ những điều trái nghịch với lẽ phải.

Thứ hai, ba cấp bậc tự sắp xếp một cách nào đó để cho cấp bậc này trỗi vượt hơn những cấp bậc khác và cấp bậc thứ 3 không đương nhiên vượt trội hơn cấp bậc 1 và 2. Cấp bậc thứ ba có thể được sắp xếp lệ thuộc hai cấp bậc kia và chúng ta không thể nào thay đổi trật tự đó khi chúng ta chỉ biết mình có khả năng suy luận mà thôi.

Thứ ba, lẽ phải cũng có thể bị che khuất hay bị bóp méo. Sau khi chấp nhận vai trò ưu tiên của lý trí, chúng ta còn phải xem xét chức năng của lý trí trong cơ cấu đời sống tâm linh. Cho dù chúng ta đứng trên cấp bậc thứ 3, chúng ta vẫn có thể nhận thức và giải thích lệch lạc; chúng ta vẫn có thể sử dụng lý trí để tìm một sự thiện phiên diện và biến nó thành thần tượng, mặc dầu chúng ta không muốn. Thật vậy, người ta có thể đi tìm sự thật mà chỉ dựa trên trí năng của mình, viện lẽ mình là chủ nhân của số phận mình. Thậm chí cũng có những kinh nghiệm tôn giáo không khác gì việc thờ ngẫu tượng: Người ta sử dụng Thiên Chúa như công cụ để thực hiện những điều mình khao khát. Người ta cũng có thể đi tìm sự thật mà không hề quan tâm đến những đòi hỏi của cấp bậc một và hai, cho nên người ta không đi sát thực tế của con người và không bắt kịp tình trạng thực tế của con người. Tính ái kỷ, thuyết ngộ đạo và thuyết duy linh là những nguy cơ phá hỏng tiến trình đi tìm sự thật và toàn nhập.

Tóm lại, có một sự xung khắc giữa cấp bậc này với cấp bậc kia và giữa sự thiện của các cấp bậc. Sức khỏe thể lý đôi khi xung khắc với sức khỏe tâm lý-xã hội. Nhu cầu tương quan với tha nhân đôi khi xung khắc với việc theo đuổi các mục tiêu. Và chúng ta không thể nào khẳng định là cấp bậc lý tính-tinh thần sẽ chiến thắng trong cuộc chiến xung đột đó.

Có người cho rằng nếu chúng ta biết sử dụng những khả năng thượng đẳng, bấy giờ chúng ta có khả năng lấy quyết định. Ý kiến đó quả không vững. Những người ủng hộ quyền tuyệt đối của "nữ thần lý trí" muốn nói rằng khi con người sử dụng khả năng của mình để đi tìm sự thật, con người luôn thống nhất với chính mình. Quan điểm đó bắt nguồn từ thời đại Khai Sáng và hiện nay đã biến mất. Kinh nghiệm hằng ngày của chúng ta dường như trái ngược với quan điểm đó. Cuộc cách mạng của Freud, nếu chúng ta muốn gọi như thế,

muốn chứng minh rằng ngay cả lý trí con người cũng không thoát khỏi sự xung đột.

Toàn nhập không phải là một tiến trình tự động mà chúng ta chỉ cần quy chiếu cấp bậc lý tính-tinh thần là được Hành động tự do và có trách nhiệm không chỉ tùy thuộc sự kích hoạt của lý trí. Trong những hành động đó còn có những nhân tố khác: Đứng đầu là vô thức và cảm xúc. Đó là những đề tài mà chúng ta sẽ bàn trong hai chương sau.

Chương 2. BACÁP BẬC CỦA Ý THỨC



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM](#)

Với tiêu đề "Ba cấp bậc của ý thức," chúng tôi muốn nói đến những cách thức khác nhau mà con người hiện diện với chính mình: Từ tình trạng ý thức tối đa đến việc thiếu cảnh giác. Chúng ta sẽ bàn đến việc vận hành của ba cấp bậc ý thức trong chương 2 của phần II. Ở đây chúng tôi giới hạn đề tài trong việc mô tả các cấp bậc của ý thức, đặc biệt nhấn mạnh đến khái niệm vô thức. Thật thế, mục tiêu của chúng tôi là tìm hiểu tâm lý chiều sâu. Chúng tôi muốn nhấn mạnh rằng con người không bao giờ nhận thức đầy đủ bản chất trọn vẹn của mình. Tất cả chúng ta đều trải qua những biến cố trong quá khứ và hiện nay đang có những nhu cầu thường rất có ý nghĩa, nhưng lại nằm ngoài ý thức. Dầu vậy, những yếu tố đó vẫn là thành phần trong bản ngã chúng ta và vì thế, chúng góp phần định hướng cho hành vi chúng ta hiện nay, cho dù chúng ta không thể chỉ rõ hay mô tả chúng. Phần lớn những điều quan trọng trong bản thân chúng ta đã đi vào lãnh vực mà chúng ta không biết, không thể xác định rõ ràng và không thể dẫn chứng.

Khái niệm vô thức dù được chấp nhận trên lý thuyết, song cũng làm cho chúng ta có phản ứng bất đồng. Làm sao một con người thông minh, có tinh thần trách nhiệm, thậm chí thông thạo triết học, lại có thể lấy những quyết định dựa trên những động cơ mà mình không biết? Quả khó chịu khi phải thừa nhận rằng hành động của chúng ta khó hiểu đến nỗi chính chúng ta đôi khi cũng không biết nguyên nhân và định hướng. Nhìn nhận ảnh hưởng của vô thức lại khó khăn hơn nhiều. Khi chúng ta chọn lựa các giá trị, thì một phần nào đó, có thể là để đáp ứng những nhu cầu mà chúng ta không thể chấp nhận được. Khái niệm về con người có lý trí, độc lập, khách quan và hoàn toàn vô tư không còn đứng vững nữa. Vô thức nhắc cho chúng ta biết rằng tính khách quan và tự do của con người phải chịu những giới hạn nhất định.

A. ĐỊNH NGHĨA

Sự đối lập giữa hai cực ý thức - vô thức hệ tại mức độ nội quan, nhờ đó chúng ta có thể tiếp cận hay nhận biết hành vi của mình, nghĩa là tùy mức độ mà chúng ta có thể nói

một cách chính xác về hoạt động của mình. Chúng ta nhận biết ngay những hoạt động có ý thức; còn các hoạt động vô thức chỉ được biết gián tiếp nhờ suy diễn. Chúng ta chỉ có thể nói là mình bị chi phối bởi vô thức, một khi những lý do hay những động cơ minh nhiên và có ý thức không thể giải thích thỏa đáng những cảm xúc, suy nghĩ và hành động của mình. Vì vậy, chúng ta có thể đưa ra những định nghĩa sau đây.

* Ý thức: Phạm vi mà chúng ta nhận biết mình hay các sự vật như chúng đang hiện diện. Do đó, ý thức bao gồm tất cả những gì hiện diện trước mắt hay có thể đi vào vùng nhận thức của ta.

* Tiềm thức: Là một vùng bao gồm những kinh nghiệm của đời sống tâm linh mà hiện nay chúng ta không nhận biết và không thể đưa lên vùng ý thức được. Như thế, tiềm thức là tất cả những gì chúng ta không biết được. Tiềm thức gồm có tiền ý thức và vô thức, tùy mức độ sâu hay cạn.

* Tiền ý thức: Bao gồm những nội dung của đời sống tâm linh hiện nay không hiện diện trong ý thức của chúng ta, nhưng có thể được đưa lên vùng ý thức qua các phương tiện thông thường (suy nghĩ, nội quan, xét mình, chiêm niệm...). Chẳng hạn khi chúng ta cố gắng nhớ lại tựa đề một tác phẩm hay một tên mà chúng ta muốn nhắc đến trong khi nói chuyện, nhưng chúng ta không thể nhớ ngay được. Tuy nhiên, ngay hôm sau khi chúng ta không nghĩ đến nó nữa, thì nó bất ngờ xuất hiện trong tâm trí chúng ta. Thậm chí một trực giác về mình từ lâu đã mất nay bỗng xuất hiện, hay khuôn mặt một người bỗng xuất hiện trong tâm trí mà chúng ta không biết tại sao.

* Vô thức: Gồm những nội dung của đời sống tâm linh mà chúng ta chỉ có thể đưa lên vùng ý thức nhờ các phương pháp chuyên nghiệp (ví dụ: Kỹ thuật trị liệu tâm lý).

Chúng ta nhận ra vô thức một cách gián tiếp qua tác động của nó. Tất cả các sách giáo khoa tâm lý học đều đưa ra những bằng chứng thuyết phục nhất về sự hiện diện của vô thức. Ở đây, chúng ta chỉ có thể khẳng định là có vô thức và chấp nhận nó như một chuyện đương nhiên. Freud đã chứng minh sự hiện diện của vô thức trong tác phẩm Bệnh Tâm Lý Trong Cuộc Sống Hằng Ngày, một trong những tác phẩm quan trọng của ông.

* Hành vi triệu chứng (symptomatic act): Đó là hành vi mà chủ thể thực hiện cách tự động mà không suy nghĩ hay nhận biết: Ví dụ đôi tay vờ vờ cúc áo, miệng ngậm nga một giai điệu một cách vô thức. Bề ngoài mà xét thì những cử chỉ đó là những hành vi vô nghĩa, nhưng đối với Freud, chúng là biểu hiện của những tiến trình thâm sâu trong đời sống tâm linh. Xuất phát từ vô thức, các hành vi này có mục đích, nhưng chủ thể và người khác hoàn toàn không biết.

* Hành vi lúng túng (disturbed act): ở đây có một sự xung khắc giữa hai thể lực tinh thần độc lập. Hành vi lúng túng không phải là hành vi triệu chứng, tức là hành vi xuất phát từ vô thức, nhưng là sự giao thoa (interference) giữa một động có ý thức và một động cơ vô thức mạnh mẽ như nhau. Chẳng hạn sơ suất khi đọc khi viết, lỡ lời. Theo Freud, tất cả những sơ suất đó hoàn toàn được quyết định và là biểu hiện của những ý định đã bị chủ thể kiểm chế. Chúng cũng có thể là hậu quả của sự xung đột giữa hai ý định, trong đó có một ý định vô thức tạm thời hay vĩnh viễn.

* Hành vi ức chế (repressed tiết): Đó là "tính hay quên chủ động." Chúng ta quên một điều gì đó không phải vì kém trí nhớ, mà vì sự ức chế của một lực phản kháng trong vô thức. Một người chồng lỡ hẹn với vợ vì tính hay quên có chọn lựa; ông trì hoãn cuộc hẹn, bởi vì ông phải đối phó và chống đỡ trước sức ép của những cảm xúc quá lớn. Nguyên nhân của các hành động bất thành và bất ngờ có thể là do người ta ức chế sự phiền muộn trong tinh thần, nhưng không trọn vẹn. Sự phiền muộn đó tuy đã bị loại ra khỏi ý thức, nhưng vẫn chưa mất hẳn khả năng bộc lộ ra ngoài.

* Thôi miên: Sau khi bị thôi miên, chủ thể có thể thực hiện các mệnh lệnh mà mình đã tiếp nhận trong khi bị thôi miên, mà không biết mình đang làm gì, bởi vì chủ thể đã bị người thôi miên điều khiển. Người bị thôi miên có thể nhận biết hành vi của mình, nhưng không biết nguyên nhân.

* Nhận thức tri giác khi mất cảm giác (anaesthetic perception): Binet làm một thí nghiệm nổi tiếng. Ông đặt một đĩa kim loại chạm nổi lên phần thân thể được gây tê của một cô gái mắc chứng loạn cảm. Dĩ nhiên cô gái không nhìn thấy bức hình và không thể nhờ xúc giác mà biết được những gì chạm trên đĩa, bởi vì ông đặt đĩa lên phần cơ thể đã bị gây tê (phía sau gáy). Sau đó, ông yêu cầu cô gái vẽ lại bức hình được khắc trên đĩa. Ông hết sức bất ngờ, bởi vì cô đã vẽ lại bức hình một cách chính xác. Thế rồi ông làm thí nghiệm đó với cô gái bình thường, cô này vẽ không chính xác bằng cô gái trên kia. Ba năm sau, ông dùng một đĩa chạm hình nổi khác và làm thí nghiệm với cô gái mắc chứng loạn cảm, cô cũng vẽ lại rất chính xác. Như vậy, ông nhận thấy một nghịch lý: Trong khi cô gái loạn cảm có những vùng mất nhạy cảm và ít nhạy cảm hơn cô gái bình thường, thì những vùng bị gây tê lại nhạy cảm hơn cô gái bình thường. Dù không có xúc giác, cô vẫn có thể tiếp nhận thông tin. Điều đó chứng tỏ cô đã tiếp nhận thông tin từ vô thức.

* Đa nhân cách: Đây là một rối loạn lâm sàng khá hiếm và đã từng kích thích trí tưởng tượng của nhiều nhà văn. Bác sĩ Jekyll và ông Heyde trong tác phẩm của R. L. Stevenson là hai trường hợp kinh điển nhất. Tác giả mô tả những phản ứng bất nhất nghiêm trọng của

một bệnh nhân có hai cuộc sống khác biệt hay mâu thuẫn với nhau. Khoảng 200 trường hợp đã được công bố.

Trường hợp cô Beauchamp do Prince nghiên cứu là một ví dụ kinh điển. Trong sáu năm đi học, cô sinh viên này đã bộc lộ ba nhân cách khác nhau. Một là con người "thánh thiện." Cô xem lời ăn tiếng nói thô tục và dối trá là tội nên cô phải đền tội bằng cầu nguyện và ăn chay. Hai là một "phụ nữ" đầy tham vọng và khao khát quyền lực Ba là một người độc ác và ấu trĩ. Chính cô gán cho nhân cách thứ ba này tên gọi "Sally." Cô lần lượt thể hiện ba nhân cách ấy, và vì thế mà hành vi của cô mâu thuẫn với nhau và không thể hiểu được. Sally (cấp bậc vô thức) biết những việc cô Beauchamp đã làm... Nhưng cô Beauchamp (cấp bậc ý thức) không biết gì về Sally. Qua đó, chúng ta có thể thấy một phần nhân cách của cô nằm ngoài cấp bậc ý thức và tiếp tục chi phối hành vi của cô, đồng thời trong việc trao đổi thông tin giữa vô thức và ý thức, thì phần lớn thông tin là do vô thức cung cấp cho ý thức, chứ không phải do ý thức cung cấp cho vô thức.

* Nhận thức dưới ngưỡng cảm giác (subliminary perception): Xem phần II, chương 1: tri giác nhận thức.

* Giấc mơ: Freud xem giấc mơ là con đường vương giả để tìm hiểu vô thức, bởi vì khi người ta ngủ thì cơ quan kiểm duyệt nội tâm không hoạt động. Chúng ta có 4-5 giấc mơ mỗi đêm, mặc dầu chúng ta không thể nhớ những gì mình đã mơ. Giấc mơ là người bảo vệ giấc ngủ. Thật thế, các nhà khoa học có thể tìm thấy bằng chứng về giấc mơ nhờ sự biến đổi của cơ thể xảy ra trong khi người ta ngủ.

Qua điện não đồ, người ta nhận thấy giấc ngủ có 4 giai đoạn sâu cạn khác nhau. Nói chung thì vào đầu đêm, giấc ngủ sâu hơn và độ sâu dần dần suy giảm. Trong một vài trường hợp, người ta có giấc ngủ sâu thứ hai trong khoảng từ nửa đêm đến sáng.

Giấc mơ thường xuất hiện trong giấc ngủ "nông" (trung bình mỗi đêm có 5 giấc ngủ "nông"). Như vậy, chúng ta có 5 giấc mơ mỗi đêm, và càng về sáng thì giấc mơ càng dài hơn. Trong những giai đoạn này, điện não đồ có thể ghi nhận những đặc điểm của loại thứ nhất (giấc ngủ "nông"): Cơ bắp gia tăng hoạt động và mắt cử động nhanh (REM). Thật vậy, giấc mơ liên kết với cử động nhanh của mắt: Người ta ghi lại chuyển động của đôi mắt nhờ máy điện cực truyền dẫn và phóng đại chuyển động của mắt. Những hoạt động trong giấc mơ tương ứng với chuyển động của mắt, rất khác với chuyển động chậm mà người ta có thể quan sát được khi chúng ta không mơ. Nếu chúng ta chợt tỉnh giấc đang khi mắt chuyển động nhanh, chúng ta biết mình đang mơ (giấc mơ kéo dài trung bình từ 10 đến 15 phút). Nếu giấc mơ của chúng ta bị cản trở liên tục trong nhiều ngày, thì vào ban ngày, chúng ta có

thể cảm thấy đau đớn vì những triệu chứng tâm bệnh, thậm chí rối loạn tâm thần.

Theo Freud, giấc mơ được hình thành nhờ 5 quy trình:

1) Cặn bã trong ngày: Chất liệu làm nên hình ảnh trong giấc mơ thì không tự tạo, nhưng xuất phát từ cuộc sống ban ngày.

2) Ưc chế. (sẽ nói trong phần II, chương 4: cơ chế tự vệ)

3) Biểu tượng hóa. Những biểu thị mà ý thức rất muốn đón nhận (đối với Freud, phần lớn là biểu thị tính dục và gây hấn), sẽ đi vào giấc mơ dưới hình ảnh biểu tượng (thay thế), và biểu hiện như thế thì vô hại. Để có thể giải mã giấc mơ, chúng ta phải đi từ nội dung được biểu thị đến nội dung tiềm ẩn. Đó là một nhiệm vụ khó khăn hơn rất nhiều so với việc mô tả nội dung giấc mơ,

4) Cô đọng: Nhiều hình ảnh trong đời sống hòa tan với nhau và tạo nên một hình ảnh duy nhất trong giấc mơ. Trong tư duy của giấc mơ, hai yếu tố rất khác nhau như "căn nhà" và "cha tôi" có thể đồng nhất. Căn nhà là căn nhà và đồng thời cũng là cha tôi. Trong giấc mơ thì hai thực tại đó không mâu thuẫn. Đáng khác, chúng ta có thể hiện diện ở hai nơi khác nhau trong cùng một lúc hay vừa là khán giả vừa là diễn viên. Trong giấc mơ, không gian và thời gian có tính chất tự kỷ, nghĩa là không bị ràng buộc bởi quy luật xã hội.

5) Chuyển vị: Có những chi tiết chẳng có ý nghĩa gì khi chúng ta thức, nhưng trong giấc mơ lại có một chức năng cảm xúc quan trọng, hay những nhận thức giác quan (xúc giác, nóng, đau đớn, v.v...) có thể biến thành hình ảnh trong giấc mơ. Ví dụ, nếu một giọt nước rơi trên trán, tôi có thể mơ mình đang toát mồ hôi hay đang uống nước nơi một giòng suối.

Không bao giờ có thể chụp hình ảnh trong giấc mơ. Thật vậy, khi tôi từ từ trở về lãnh vực của tư duy hợp lý tôi cũng đưa trật tự có lô-gic vào trong giấc mơ, và khi thuật lại giấc mơ, tôi "hiệu đính" giấc mơ, đó là một quá trình kiểm duyệt và chọn lọc mà chính tôi cũng không ý thức.

Điều quan trọng mà chúng ta cần lưu ý là: Về phương diện cảm xúc, tiến trình của giấc mơ tuân theo những quy luật của vô thức hơn những suy tư khi chúng ta thức, và gần gũi với trung tâm vô thức chứ không gần với tình trạng ý thức. Qua giấc mơ, những xung động ức chế có cơ hội bộc lộ, kể cả những xu hướng hay những sở thích mà chúng ta không biết rõ. Qua giấc mơ, chúng ta có cơ hội bộc lộ một vài khía cạnh vô thức của bản ngã, không chỉ những khía cạnh bị khiển trách như quan điểm của Freud, mà cả những tình cảm chúng ta chưa biết đầy đủ như quan điểm của Jung. Theo thuyết nhận thức của ông,

giấc mơ biểu hiện khát vọng hiểu biết. Như vậy, giấc mơ hẳn là phương tiện giúp chúng ta khám phá những khía cạnh quan trọng trong việc phát triển nhân cách hiện còn nằm trong bóng tối.

B. NỘI DUNG CỦA VÔ THỨC

Mọi người đều biết rằng chúng ta thường hành động vì những lý do mà chúng ta không hiểu và lòng chúng ta cũng ấp ủ những tình cảm, mà nếu chúng ta biết thì cũng không khỏi ngạc nhiên. Tuy nhiên, người ta thường tỏ thái độ tiêu cực đối với vô thức và xem vô thức chẳng khác gì một thùng rác. Những điều cao thượng và xinh đẹp mới có giá trị, còn vô thức thì xấu xa bởi vì vô thức ở nơi sâu kín của lòng người. Thế nhưng, vô thức có thể hữu ích, chắc hẳn là trung dung, không tốt cũng không xấu. Khi xây nhà, nếu chúng ta cần có nơi làm nhà kho hay đặt hệ thống sưởi, thì trong cấu trúc con người cũng như vậy.

Thứ đến, chúng ta cần làm sáng tỏ điều này: Vô thức không chỉ có chức năng là sinh ra xung đột, hậu quả của các chấn thương và các kinh nghiệm khó chịu.

Sau nữa, trong vô thức không chỉ có những kinh nghiệm tính dục, nhưng còn có những kinh nghiệm khác. Trên thực tế, chúng ta có thể tìm thấy những kinh nghiệm sau:

1) Những kinh nghiệm hay kỷ niệm bị ức chế, vì chúng gây đau đớn và khó chịu (kho chứa đựng ký ức). Ví dụ, một đứa bé bắt đầu nói cả năm sau một tai nạn mà nó không thể nhớ được.

2) Những năng lực tinh thần mà chúng ta không sử dụng, bởi vì chúng ta không tin là mình có những năng lực đó, vì không dám sử dụng chúng, vì chúng ta nghĩ những năng lực đó chưa chín mùi hay chẳng quan trọng (kho năng lực). Ví dụ nhiều tài năng và năng lực chưa được sử dụng.

3) Các xung động chưa được toàn nhập hoàn toàn hay bị ức chế, bởi vì chúng gây ra xung đột (địa hạt xung đột). Ví dụ lãnh vực tính dục, gây hấn, hay cảm xúc tự ti.

4) Các khuynh hướng thúc đẩy chúng ta hành động hay cách thức chúng ta thường hành động, chúng luôn luôn có tính chất máy móc hơn (nguồn gốc tác phong). Ví dụ: Khuynh hướng đồng tính tiềm ẩn, khuynh hướng phô trương thâm căn, hay khuynh hướng sẵn sàng và chân thành phục vụ tha nhân.

Để đối phó với vô thức, không những chúng ta cần nhận ra sự ức chế khiến chúng ta đau đớn, nhưng còn phải giải phóng những đam mê, khả năng sáng tạo và tính bộc phát. Nếu không có những yếu tố đó, cuộc sống chúng ta sẽ trở nên nhạt nhẽo. Muốn được như thế, chúng ta cần phải lớn lên trong tự do.

C. QUY LUẬT CỦA VÔ THỨC

1. Trong Vô Thức Không Có Mâu Thuẫn

Cho dù các yếu tố vô thức mâu thuẫn với nhau, chúng có thể cùng tồn tại mà không đối chọi với nhau. Trong lãnh vực này, các yếu tố vô thức thì độc lập và không xung khắc, cho dù chúng có thể gây xung đột trong tương quan với ý thức. Trong cấp bậc ý thức, nếu A khác B, thì A không thể là B. Trái lại, các yếu tố trong vô thức không loại trừ nhau: trắng và đen, yêu và ghét, tha thứ và trả thù, khiêm tốn và phô trương.. có thể cùng tồn tại mà không loại trừ nhau. Khi con người sống trên cấp bậc ý thức và quan hệ với mình và với tha nhân mà vẫn sống trên thực tại của vô thức, bấy giờ sẽ nảy sinh mâu thuẫn.

Quy tắc này rất quan trọng trong việc hiểu biết hành vi con người.

a. Ý nghĩa khách quan của một hành vi không đương nhiên tương ứng với ý nghĩa chủ quan mà chủ thể gán cho nó một cách vô thức: Ví dụ hành vi tính dục có ý nghĩa trao ban cho nhau, có thể được sử dụng như phương tiện giải tỏa sự gây hấn hay sự thống trị vô thức.

b. Hành vi có thể biểu hiện những khuynh hướng đối nghịch và mâu thuẫn cùng một lúc: Ví dụ, chọn đời sống hôn nhân vì giá trị chia sẻ (yếu tố phát sinh sự lựa chọn) và đồng thời vì sợ phải cạnh tranh trong xã hội, vì bất an, vì ái kỷ... (các yếu tố dễ tổn thương).

c. Đối với một người, hành vi trưởng thành có thể mang ý nghĩa tự vệ và công cụ (instrumental). Chẳng hạn hành vi tôn giáo có mục đích bảo vệ người ta khỏi những xu hướng không thể chấp nhận (cảm xúc tội lỗi, thiếu lòng tự trọng) hay thỏa mãn những xu hướng khác, nếu không thì mình bị xa lánh (hành vi thiếu quân bình được xem như đoàn sủng riêng). Câu hỏi "tại sao tôi hành động như thế?" thì quan trọng hơn câu hỏi "tôi đang làm gì?"

2. Vô Thức Không Bị Chi Phối Bởi Thời Gian

Các yếu tố vô thức không được sắp xếp trong thời gian cũng không bị biến đổi theo dòng thời gian. Chúng hiện hữu độc lập với thực tại bên ngoài. Chúng ta không thể hy vọng, với thời gian và kinh nghiệm, các yếu tố vô thức sẽ tự động trở thành yếu tố ý thức. Người ta có thể thay đổi vai trò, môi trường, bạn bè, và niềm hy vọng; nhưng với những yếu tố đó thì họ vẫn không thể thay đổi nhận thức về các vấn đề sâu kín, hay cải thiện những khả năng mà họ chưa sử dụng. Trong lãnh vực này, kinh nghiệm không phải là thầy dạy.

3. Vô Thức Không Quan Tâm Đến Thực Tại, Nhưng Ảnh Hưởng Trên Thực Tại

Vô thức có lô-gic riêng của mình, khác với lô-gic của thế giới ý thức (tuân theo nguyên

tắc không mâu thuẫn). Do đó, tình cảm bất an trong vô thức là nguyên nhân của hành vi cảm thấy có tội. Bởi lẽ chủ thể biết hành vi có tội là không có thực (không thể chứng minh qua sự luận), nhưng chủ thể vẫn cảm thấy có tội và biến thành cảm xúc có tội thành hành vi mặc cảm tội lỗi. Như vậy, vô thức ảnh hưởng trên ý thức, chứ ý thức không ảnh hưởng trên vô thức.

4. Vô Thức Có Một Sức Năng Động Nhằm Tự Bảo Toàn

Vô thức chống lại việc tự vấn, bởi vì vô thức luôn luôn phản ứng mạnh mẽ nhằm tự bảo toàn. Nếu không phải là nhà tâm lý, chúng ta khó hiểu tại sao con người không muốn cải thiện. Trên lý thuyết, con người là sinh vật có lý trí, cho nên chúng ta hy vọng con người sẽ tích cực và hăng say đón nhận cơ hội giúp biết rõ mình hơn, nhờ đó mà có tự do và trách nhiệm hơn. Thế nhưng, con người lại tính toán thế nào cho phù hợp với lô-gic của vô thức, mà vô thức thì thích bảo toàn, liên tục và giữ nguyên trạng. Do đó, vô thức không chỉ chống lại sự xuất hiện của chấn thương, mà cả những tiềm năng phát triển mà con người đã không sử dụng trong quá khứ.

Freud còn đưa ra những quy luật khác của vô thức. Sau đây là 3 quy luật mà các nhà tâm lý còn đang tranh luận:

a. Vô thức chỉ bị điều khiển bởi nguyên tắc khoái lạc.

b. Trong vô thức thì không có phủ nhận, hồ nghi hay bất nhất.

c. Năng lực vô thức thì tự do luân chuyển, có thể liên kết hay tách rời với các ý tưởng vô thức khác cách ngẫu nhiên như trong giấc mơ, trong đó nhờ sự chuyển vị và cô đọng mà nội dung các giấc mơ được tạo ra. Trái lại lô-gic ý thức phải nỗ lực rất nhiều để duy trì sự đồng nhất của mỗi ý tưởng.

D. VÔ THỨC ĐƯỢC HÌNH THÀNH NHƯ THẾ NÀO

1. Nhờ quá trình chuyển vị trực tiếp từ ý thức sang vô thức: Đối tượng bị ức chế có thể là những kinh nghiệm quá khứ (nhất là các chấn thương), các bản năng-nhu cầu cơ bản và cảm xúc. Ba nội dung này được nối kết với nhau. Freud cho rằng các bản năng thì đầy năng lực; do đó, những đối tượng, hoạt động hay kỷ niệm có liên hệ với bản năng thì trở nên mạnh mẽ nhờ năng lực bản năng. Nói theo các nhà chuyên môn thì những đối tượng đó được cung cấp một năng lực thúc bách (cathexis). Như một cây đinh tiếp xúc với nam châm thì có từ tính, một đối tượng của kinh nghiệm khi tiếp xúc với bản năng thì cũng có năng lực (cathexised). Chẳng hạn, vì bản năng tính dục mà người ta "dành" cho người mình yêu một giá trị nhất định và bất luận điều gì liên hệ với người mình yêu (hình ảnh, kỷ niệm, khăn

tay...) đều có giá trị.

Khi chúng ta ức chế các đối tượng liên hệ đến bản năng, bấy giờ tiến trình cung cấp năng lực bị cản trở: ức chế là chống lại các đối tượng được cung cấp năng lực thúc bách (cathexis), chống lại bản năng và cảm xúc. Ức chế là một tiến trình tự động, chứ không do con người cân nhắc chọn lựa. Người ta có thể ức chế một đối tượng, nhưng không thể tiêu diệt nó. Đối tượng bị ức chế vẫn tồn tại trong vô thức, nhưng không sút giảm sức mạnh. Đúng ra thì đối tượng có thể mạnh mẽ hơn. Căn cứ trên quy luật hoạt động của vô thức, thì chất liệu bị ức chế không thay đổi, nhưng bị cô lập vì nó không đi vào quỹ đạo bình thường khi con người phải liên tục tái cơ cấu các kinh nghiệm. Năng lực cảm xúc có thể trở về với hành vi, bằng cách di chuyển cảm xúc đó sang những hành động khác; những hành động này tuy khác biệt trong bản chất, nhưng nhờ những tác nhân mà nối kết với phần cốt lõi bị ức chế. Chất liệu bị ức chế này có thể kết hợp với chất liệu bị ức chế khác và lôi cuốn chất liệu phụ thuộc đến với mình. "Khuyňh hướng ức chế không đạt được mục tiêu... trừ phi trước đó đã có sự ức chế, sẵn sàng đón nhận điều mà lương tâm loại bỏ."

Chất liệu bị ức chế luôn luôn đòi hỏi chủ thể phải lãng phí năng lực. "Chúng ta không nên hình dung tiến trình ức chế như một sự kiện xảy ra một lần mà thôi và đưa đến những hậu quả không thay đổi, giống như cái xác của một người bị giết. Trái lại, sự ức chế cần sử dụng năng lực liên tục, và nếu năng lực đó buộc phải ngưng, thì cần phải có một hành động ức chế mới. Chúng ta có thể nói rằng sự ức chế không ngừng gây áp lực đối với ý thức; và chúng ta luôn luôn cần một sự đối-áp lực (counter-pressure) để cân bằng với áp lực đó. Do đó, duy trì ức chế là tiêu hao năng lực và loại trừ ức chế là tiết kiệm năng lực. Ví dụ một người đã ức chế một nhu cầu (nhất là nhu cầu phô trương) và bị nhu cầu đó thúc bách: Trong trường hợp đó, người ta không thể phân biệt những động cơ thực sự đang thúc đẩy mình hành động. Động cơ thúc đẩy có thể là một cảm xúc liên hệ với nhu cầu bị ức chế, nhưng người đó lại mang một cảm xúc khác. Người ta không thể biện phân những cảm xúc và xem lo âu là nhiệt. tâm. Khi một nhu cầu và/hay cảm xúc liên hệ với nhu cầu đó bị ức chế, người ta càng thực hiện nhiều hành động mâu thuẫn (phô trương) mà không biết mối quan hệ giữa những hành động đó và các nhu cầu ẩn khuất.

2. Qua tiến trình cô đọng tiệm tiến, các đối tượng được chuyển dịch từ ý thức sang vô thức có thể vẫn là các bản năng-nhu cầu. Dựa trên các bản năng-nhu cầu, qua một tiến trình chậm rãi bao gồm những giai đoạn mà chúng ta sẽ phân tích sau (phần II, chương 2), các đối tượng đó dần dần thoát khỏi sự kiểm soát của ý thức cho đến khi trở thành các động cơ vô thức của hành vi. Ví dụ nếu một người sống ở cấp bậc tâm-thể lý, người đó sẽ dần dần bộc lộ khuynh hướng thường xuyên sống theo mô hình của cấp bậc đó, và luôn

luôn bị lôi cuốn theo mô hình đó. Chúng ta cũng có thể áp dụng trong chiều hướng tích cực: Vô thức có thể là phương tiện củng cố nhân đức; khi một kiểu sống trở thành thói quen, chúng ta sẽ cư xử có đạo đức. Đó là những năng động mà chúng ta sẽ xem xét khi bàn về ký ức cảm xúc và thái độ cảm xúc và tri thức (phần I, chương 3,C,1e).

E. TOÀN NHẬP BA CẤP BẠC Ý THỨC

Luft và Ingham phác hoạ một lược đồ gọi là Cửa Sổ Johari - Johari là tổng hợp các chữ đầu của tên hai tác giả. Cửa sổ Johari có thể giúp chúng ta hiểu các cấp bậc của nhận thức trong hoạt động của tinh thần.

Bảng 1. Cửa Sổ Johari

	Tôi biết	Tôi không biết
Người khác biết	A Phạm vi công khai	B Phạm vi mù tối
Người khác không biết	C Phạm vi bí mật	D Phạm vi vô thức

Bốn hình chữ nhật A,B,C,D tượng trưng cho 4 phạm vi của bản thân:

A. Phạm vi công khai: gồm những điều tôi biết và người khác cũng biết.

B. Phạm vi mù tối: gồm những điều tôi không biết, nhưng người khác biết.

C. Phạm vi bí mật: gồm những điều tôi biết, nhưng người khác không biết.

D. Gồm những điều tôi không biết và cả người khác cũng không biết: Đó là phạm vi tiềm thức, nhất là vô thức và tiền ý thức.

Ví dụ sau đây có thể giúp chúng ta hiểu hoạt động của năng động tâm lý. Một người tự mình, hay nhờ người khác mà nhận biết nhu cầu - một thái độ thống trị: Chính anh ta nhận thấy có nhu cầu đó và người khác thấy anh ta thường có khuynh thường áp đặt (phạm vi công khai). Khi anh ta tỏ thái độ áp đặt, người khác thấy rằng anh ta được lắng nghe, người khác xúc động và ngỡ ngàng (khuynh hướng phô trương trong phạm vi mù tối). Hơn nữa, vì tính gây hấn của mình mà anh ta ngấm ngấm muốn áp đảo người khác (phạm vi bí mật). Mặc dù anh ta không bao giờ tâm sự với ai, anh ta biết lòng mình đang mâu thuẫn.

Ba khuynh hướng thống trị - phô trương - gây hấn làm cho anh ta trở nên kiêu căng và quá tự tin. Anh ta thống trị và buộc người khác lệ thuộc tâm trạng của anh ta. Tuy nhiên, có lẽ sự cạnh tranh ấu trĩ đó chỉ là hậu quả của một nguyên nhân sâu xa và quan trọng hơn: Nhu cầu sỉ nhục mà anh ta đang tự vệ (phạm vi D). Anh ta kiêu căng bởi vì anh ta thiếu lòng tự trọng, và khi anh ta áp bức người khác, anh ta muốn bù đắp cho giá trị kém cỏi mà mình hằng lo sợ. Trong giáo dục, lãnh vực tiềm thức là nhân tố quyết định. Nếu chúng ta không quan tâm đến lãnh vực đó, chúng ta sẽ không thể giáo dục hiệu quả được. Nếu nhà giáo dục chỉ nhìn thấy phạm vi thứ nhất và chỉ trích ứng sinh vì ứng sinh kiêu căng mà ông cho là tự phụ, ông sẽ làm cho vấn đề trở nên trầm trọng hơn: Khi ứng sinh bị khiển trách, anh ta càng cảm thấy bị sỉ nhục và vì thế mà anh ta càng bị thúc ép phải bù đắp cho sự sỉ nhục bằng cách gia tăng sự thống trị. Nếu nhà giáo dục không giúp ứng sinh giải quyết nguyên nhân của cảm xúc bị sỉ nhục, anh ta sẽ tìm những lối thoát mới để tiếp tục lối sống của mình.

Ví dụ sau đây không nói đến hành vi tự vệ, nhưng nói đến sự thỏa mãn vô thức (phạm vi D). Một người thường giúp đỡ những người khác (A), được xem là người có lòng nhân ái (B), quan tâm đến việc hợp tác (C), vì thế mà anh ta luôn luôn sẵn sàng. Tuy nhiên, nếu trong phạm vi D có nhu cầu lệ thuộc cảm xúc, thì cấu trúc năng động tâm lý thay đổi. Nguồn gốc thật sự của thái độ sẵn sàng giúp đỡ người khác không phải là lòng nhân ái nhưng thực ra đó là biểu hiện của nhu cầu được yêu thương và được nhìn nhận. Anh ta hy sinh bản thân, bởi vì trong tiềm thức anh ta có nhu cầu muốn nhận lãnh. Anh ta hiến mình phục vụ tha nhân mà không hề biết rằng anh ta đang ở trong giai đoạn ấu trĩ và đang nỗ lực tìm kiếm bản thân. Do đó, khi lòng nhiệt tình buổi đầu nguôi ngoai, hay sự tận hiến đòi hỏi anh ta phải hy sinh, bấy giờ anh ta sẽ gặp nhiều thử thách trong việc kiên trì.

Qua các ví dụ trên đây, chúng ta có thể thấy vô thức là một thực tại ẩn mình cách tinh vi và cũng là nguyên nhân của những hành vi trái nghịch với cái lô-gic mà chúng ta có ý mong đợi. Dầu sao đi nữa, vô thức cũng không thể biến con người thành con rối bị các sức mạnh vô hình thao túng. Vấn đề này sẽ được bàn trong chương 2 phần II. Tới đây, chúng ta đã thấy khi con người phán đoán, lấy quyết định, chọn lựa các giá trị, con người khó tránh khỏi lệch lạc. Những trường hợp như thế quả không hiếm và cũng không phải là bệnh lý. Như vậy, khi tìm hiểu con người, chúng ta không thể giới hạn khái niệm vô thức trong việc giải thích các trường hợp tâm bệnh.

Chương 3. TIẾN TRÌNH QUYẾT ĐỊNH: ƯỚC MUỐN CẢM TÍNH VÀ ƯỚC MUỐN LÝ TÍNH



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM](#)

Trên bình diện hiện tượng luận, chúng ta quan sát khía cạnh thứ ba: Con người có cảm xúc và lý trí, và khi con người lấy quyết định thì những yếu tố của cảm xúc và lý trí tương tác với nhau.

Mỗi ngày chúng ta đều lấy quyết định dù trong việc lớn hay việc nhỏ: Quyết định mua chiếc áo len mà tôi thấy trong cửa hàng, tổ chức một buổi họp, lên chương trình một ngày, cam kết trọn đời... Lý do thúc đẩy tôi lấy quyết định có thể là tình hình hiện tại, ở đây và ngay lúc này, hay một khát vọng do tôi tưởng tượng hay phóng chiếu. Cũng có thể là tôi lấy quyết định để ngăn ngừa một biến cố có thể xảy ra, ví như hai chiếc xe sắp va chạm nhau. Lý do thúc đẩy tôi lấy quyết định có thể ở quá khứ chẳng hạn tôi nhớ lại một sự xúc phạm tôi phải chịu trong quá khứ. Lý do thúc đẩy tôi lấy quyết định cũng có thể là một điều gì đó do tôi tưởng tượng như nguy cơ bị mất việc. Dù gì đi nữa, không bao giờ có những quyết định vô cảm phát xuất từ lý trí mà thôi. Các quyết định luôn luôn "liên quan" đến chúng ta, nghĩa là các quyết định đòi hỏi chúng ta phải xem xét cái tôi của mình, một cái tôi gồm có cảm xúc và lý trí.

Trước khi chúng ta quyết định hành động, thì trong nội tâm có một diễn biến: Chúng ta thấy, nhớ lại quá khứ chờ đợi kết quả, chúng ta đánh giá, lượng giá lại và quyết định. Đây thường là một quá trình tự động và diễn tiến rất nhanh. Chúng ta thử làm chuyển động đó chậm lại để có thể quan sát và tìm hiểu tiến trình xảy ra trước khi hành động. Chúng ta hãy nhớ lại thí nghiệm của M. Arnold. Hơn ai hết, ông là người đã nghiên cứu vấn đề này một cách rõ ràng.

Trước khi hành động, chúng ta cần có kinh nghiệm, đánh giá và phê phán. Tiến trình quyết định luôn luôn bắt đầu với một "ước muốn cảm tính" và có thể kèm theo "một ước muốn lý tính." Sự tiếp cận đầu tiên với thực tại luôn luôn tạo nên cảm xúc. Khi một sự vật đụng chạm và thu hút tâm trí chúng ta, trước tiên chúng ta cảm nhận, sau đó mới lý luận. Do đó, có một sự tương tác giữa cảm xúc và lý trí. Dựa trên tác phẩm của các nhà tâm lý

học Lonergan và Petters, Rulla, McGuire, Rokeach và Arnold, cũng như lý thuyết của B. Liely và Bresciani, chúng ta có thể xác định hai loại tiến trình làm cơ sở cho việc quyết định:

* Ước muốn cảm tính: Đó là sự đánh giá đối tượng ngay tức khắc, dựa trên tiêu chuẩn "tôi thích / tôi không thích ở đây, tiến trình hoạt động trên cấp bậc tâm- sinh lý và tâm lý-xã hội. Đó là tiến trình của cảm xúc, tuân theo tiêu chuẩn sở thích: Chủ thể đánh giá và hành động theo những tiêu chuẩn chỉ liên kết với "nơi đây và lúc này". Đối tượng được đánh giá là đáng ưa hay đáng ghét vào một thời điểm và nơi chốn nhất định, bởi vì chủ thể sử dụng trực giác để nhận biết đối tượng có thể thỏa mãn nhu cầu của mình hay không. Nếu đánh giá đối tượng là đáng yêu, người ta bị thúc bách hướng về đối tượng. Nếu đánh giá là đáng ghét, người ta có xu hướng lẩn tránh đối tượng.

* Ước muốn lý tính: Đây là sự đánh giá thứ phát và có suy nghĩ, dựa trên tiêu chuẩn "có lợi/ không có lợi cho tôi." Trong trường hợp này, tiến trình hoạt động trên cấp bậc lý tính. Ở đây, chúng ta không đánh giá đối tượng dựa trên sự thích thú tức thời của cảm xúc, mà dựa trên các giá trị và mục tiêu mà chúng ta đã đề ra. Lý trí tuân theo tiêu chuẩn phổ quát và không mâu thuẫn: Lý trí tìm hiểu tương tác và đánh giá đối tượng dưới ánh sáng của các giá trị trừu tượng.

Bảng II: Ước muốn cảm tính và ước muốn lý tính

Ước muốn cảm tính

Tri giác nhận thức -> ký ức cảm
xúc -> tưởng tượng về tương lai ->
đánh giá theo trực giác -> cảm xúc ->
(thúc bách hành động)

Ước muốn lý tính

Phán đoán có suy nghĩ và phê
phán tiến trình ước muốn cảm tính ->
cảm xúc tiêu biểu của con người ->
(hành động chín chắn)

A. ƯỚC MUỐN CẢM TÍNH

1. Tri Giác Nhận Thức

Trước khi hành động, chúng ta cần nhận thức đối tượng một cách nào đó, thậm chí không phải lúc nào cũng chính xác. Chúng ta sẽ tìm hiểu những yếu tố ảnh hưởng trên nhận thức trong phần II, chương 1. Ở đây, chúng ta có thể nói tri giác nhận thức nắm bắt chính sự vật, không lệ thuộc bất cứ phản ứng cảm xúc nào của chủ thể. Đó là sự hiểu biết đơn thuần về một đối tượng (yếu tố nhận thức). Chẳng hạn nếu tôi thích chiếc áo len đỏ trưng bày trong cửa hàng, điều đó chứng tỏ tôi không chỉ biết chiếc áo, nhưng tôi cũng biết mối quan hệ của nó với tôi. Nếu tôi nghĩ nó đáng yêu, thì tôi bị thúc đẩy mua chiếc áo theo bản năng. Để có thể suy nghĩ cân nhắc, chúng ta cần một hoạt động cao hơn tri giác nhận thức. Hoạt động này không thể giản lược với việc sử dụng một giác quan hay tất cả giác quan. Đó là việc đánh giá tiên phát hay đánh giá nhờ trực giác.

2. Đánh Giá Bằng Trực Giác

Chúng ta chưa bước lên cấp bậc suy nghĩ mà chỉ dừng ở chức năng cảm nhận và thống nhất. Việc đánh giá này tiếp nối và hoàn thành việc tri giác nhận thức, đánh giá mối quan hệ giữa đối tượng và chủ thể. Đây chưa phải là một sự đánh giá có kiểm chứng như phán đoán, nhưng chỉ là một sự lôi cuốn - ghê tởm đối với đối tượng hay tình huống.

Khi tôi nhận thức và đánh giá mức độ đối tượng gây ảnh hưởng trên tôi, điều đó chỉ có nghĩa là tôi tập hợp những thông tin: Chủ thể vẫn còn thụ động. Khi một cảm xúc xuất hiện và bảo tôi nên chiếm đoạt hay tránh né đối tượng, thì trong tôi liền nảy sinh xu hướng đến gần đối tượng hay xa rời đối tượng, tùy theo đối tượng được xem là tốt hay xấu. Việc đánh giá đó kích hoạt một xu hướng hay một thúc bách hướng về đối tượng hay chống lại đối tượng. Đó là sự lôi cuốn - ghê tởm mà chủ thể không đa cố ý và chưa kịp suy luận (yếu tố tình cảm). Khi tôi nhìn chiếc áo len, nếu tôi thấy nó là một trang phục độc đáo, phù hợp với thị hiếu của tôi, hay tôi cảm thấy lạnh, thì tôi liền đánh giá chiếc áo là đáng yêu và tôi bị thôi thúc phải mua.

3. Cảm Xúc

Khi tôi đánh giá một sự vật là tốt / xấu, tôi liền có xu hướng đến gần hay tránh xa sự vật đó. Như thế là có một chuỗi hành động nối tiếp nhau: Tri giác nhận thức - đánh giá theo trực giác - cảm xúc. Cảm xúc là xu hướng đến gần đối tượng mà trực giác đánh giá là tốt hay tránh xa đối tượng mà trực giác đánh giá là xấu (yếu tố ý chí). Trong đó có một yếu tố tĩnh (thiện cảm / không thiện cảm đối với đối tượng) và một yếu tố động (thu hút bởi đối tượng vừa ý và xa rời đối tượng không vừa ý). Tất cả những hoạt động đó thường kèm theo một loạt phản ứng của cơ thể: Run vì sợ, cứng đờ vì tức giận, phấn kích vì thích thú...

Chúng ta có thể nói cảm xúc là một hình thức hiểu biết: Chúng ta quan sát tình huống

với con mắt thích / không thích. Chúng ta cảm thấy sợ hãi khi trông thấy tình huống nguy hiểm. Tự miễn là thích nhìn điều mình sở hữu. Thêm muốn là nhìn thấy điều người khác sở hữu và cũng là điều tôi khao khát. Ghen tị là nhìn thấy người khác chiếm đoạt một đối tượng mà tôi có quyền sở hữu. Tất cả những cảm xúc đó bao hàm một sự đánh giá và cách thức đánh giá có thể thay đổi. Như vậy, sợ hãi khác với tức giận: Sợ hãi là nhìn với con mắt bất lực sự đe dọa của một người có chức quyền, và tức giận là nhìn với con mắt bạo lực chống lại sự đe dọa.

Cảm xúc xét như một xu hướng thì không đương nhiên đưa tới hành động. Một người mắc bệnh tiểu đường có thể thích ăn bánh kẹo, nhưng anh ta cũng có thể kiềm chế sở thích của mình, nếu anh nghĩ đến những hậu quả tai hại. Một người nghiện thuốc lá biết những nguy hiểm của thuốc lá, nhưng vẫn tiếp tục hút thuốc, hy vọng mình là người may mắn trong số những người hút thuốc lá. Quyết định cuối cùng có thể không phải chọn lựa tồi nhất hay khôn ngoan nhất: Trong cả hai trường hợp, chủ thể suy nghĩ, cân nhắc các chọn lựa. Sự đánh giá của trực giác tùy thuộc sự phán đoán có suy nghĩ.

B. ƯỚC MUỐN LÝ TÍNH

Người ta thường hành động theo khuynh hướng mang lại cho mình sự thích thú, trừ phi lý trí ra tay can thiệp. Đó là một tiến trình thẩm tra nhằm sàng lọc những kết quả đã gạt hái được.

Con người khác loài vật, bởi vì loài vật hoàn toàn bị điều khiển bởi bản năng sinh học và đáp ứng theo khuôn mẫu có sẵn. Ngoài ước muốn cảm tính, con người còn có một cách thức đáp ứng đặc trưng, có khả năng đưa ra những phán đoán có suy nghĩ.

Chúng ta có thể nhận biết hai loại ước muốn trên đây khi chúng ta thấy đánh giá này thì tích cực và đánh giá kia thì tiêu cực. Chúng ta có thể nói với một đứa bé là con gấu không thể sờ chuồng và nó tin tưởng có cha mình đang đứng bên cạnh, tuy nhiên nó vẫn sợ hãi vì con gấu quá lớn, bất chấp sự phán đoán có suy nghĩ của mình. Một người đi bơi và biết rằng chẳng có gì nguy hiểm, bởi vì nước cạn và ông mặc phao cứu hộ, nhưng ông vẫn cứ sợ. Người mắc bệnh thần kinh thì còn vô lý hơn nữa. Anh không ngớt rửa tay vì sợ nhiễm vi khuẩn, anh vẫn rửa tay ngay cả khi anh nhận thức là anh lo sợ quá đáng và việc rửa tay chẳng ích lợi gì mà chỉ làm anh thêm sợ hãi. Điều đó cho thấy rằng anh sợ hãi là do sự đánh giá của trực giác trong vô thức và sự đánh giá có ý thức của lý trí không đủ khả năng vượt qua sự sợ hãi đó.

1. Đánh Giá Có Suy Nghĩ

Khi con voi dùng chân kiểm tra mặt đất, nó phán đoán theo giác quan. Khi nhà vật lý thử nghiệm các giả thuyết, ông phán đoán bằng lý trí. Sự đánh giá thứ nhất giới hạn trong việc tình kiểm các dữ liệu do cảm giác cung cấp và nối kết chúng với từng đối tượng. Trái lại, sự đánh giá thứ hai dựa trên việc lý giải các dữ liệu và từ đó rút ra một vài điều tổng quát (cấp bậc 3 của đời sống tâm linh). Sự đánh giá bằng trực giác không được kiểm chứng một cách có ý thức, mà chỉ là xu hướng có thiện cảm / không thiện cảm với một sự vật làm cho ta thích thú / không thích thú. Trái lại, sự đánh giá lý tính thì có ý thức và đối tượng mà chủ thể đánh giá là toàn thể quá trình phán đoán theo bản năng, được duyệt lại dưới ánh sáng của tiêu chuẩn "có lợi/ không có lợi cho tôi". Đây là một tiêu chuẩn mà chúng ta không được hiểu theo nghĩa vụ lợi, mà là đánh giá đối tượng trong tương quan với việc thực hiện các giá trị và mục tiêu mà chủ thể đã chọn: Điều làm tôi thích thú lúc này đây có hữu ích cho tôi không (Đó là một câu hỏi mà chúng ta thường không đặt ra, bởi vì nó làm chúng ta bối rối).

Do vậy, ước muốn lý tính thì có khả năng siêu việt tình huống và các lợi ích tức thời của giây phút hiện tại; để đánh giá các dữ kiện dưới một tiêu chuẩn phổ quát hơn (nguyên tắc toàn diện). Tiêu chuẩn tốt/xấu đối với tôi, mà tôi dùng để đánh giá không có cùng một ý nghĩa đối với ước muốn cảm tính và ước muốn lý tính. Đối với ước muốn cảm tính, chủ thể cảm thấy đối tượng làm cho mình hài lòng / không hài lòng, chấp nhận được / không chấp nhận được. Đối với ước muốn lý tính, chủ thể chọn lựa không chỉ dựa trên sự thu hút của đối tượng, mà còn dựa trên sự thích đáng của đối tượng đối với chủ thể hay có hại cho chủ thể, cho dù chủ thể cảm thấy đối tượng đáng yêu. Tiêu chuẩn "có lợi" cho tôi vượt lên trên lợi ích phiến diện của cái tức thời. Hành vi ý chí không chỉ là một khuynh hướng đi đến hành động nhờ sự phán đoán trực quan, nhưng cũng đòi chủ thể phải lấy một quyết định có suy nghĩ trước khi hành động.

2. Cảm Xúc

Sự đánh giá có suy nghĩ làm phát sinh một cảm xúc (khuynh hướng muốn hành động), cảm xúc này có bản chất lý tính. Đó là một loại cảm xúc mà thú vật không có. Chủ thể cảm nghiệm một sự bình an và tự do nội tâm sau khi nhận thấy mình đã làm điều tốt và mình là tạo vật có lý trí và tự do. Trong trường hợp chủ thể không làm điều tốt bấy giờ chủ thể cảm thấy có tội; đó là một cảm xúc lạnh mạnh và có suy nghĩ. Tuy nhiên, không phải mọi sự đánh giá lý tính đều biến thành cảm xúc. Người ta có thể đánh giá cao đời sống hôn nhân, nhưng vì nghĩ rằng đời sống hôn nhân không tốt cho mình vào lúc này, bấy giờ người ta sẽ chẳng có cảm xúc gì và sẽ không hề bị thôi thúc phải kết hôn với người khác. Chủ thể chỉ có cảm xúc sau khi óc phán đoán đánh giá "điều này tốt hay xấu cho tôi vào lúc này," dù đó

là sự phán đoán do trực giác hay do suy nghĩ. Những cảm xúc này thường cũng kèm theo những phản ứng thể lý.

C. CÁC BIẾN TỔ (VARIABLE) TRUNG GIAN

Do đó, việc quyết định diễn tiến như sau: Tri giác nhận thức - đánh giá bằng trực giác - cảm xúc có xu hướng đi đến hành động - đánh giá có suy nghĩ - xu hướng đi đến hành động. Tuy nhiên, quá trình quyết định không đơn giản như thế. Mỗi quyết định đều được thắp nhập với sự phát triển của con người và đặt trong bối cảnh hiện nay của toàn thể nhân cách. Hôm nay chịu ảnh hưởng của quá khứ (ký ức) và tương lai (hy vọng). Ngoài ra, mọi quyết định mà chúng ta đã lấy thì không biến mất, nhưng để lại dấu vết trong chúng ta. Bởi thế, trong tương lai chúng ta sẽ dễ đi theo những đánh giá tương tự như trong quá khứ (thái độ). Tiến trình quyết định còn bị chi phối bởi những biến tổ mà chúng ta sẽ khảo sát dưới đây.

1. Ký ức

Chất liệu chủ yếu giúp chúng ta suy tư và lý luận là ký ức. Nếu kinh nghiệm quá khứ chẳng để lại gì cho chúng ta, thì chúng ta không thể học hành. Ký ức là kho lưu trữ thông tin, nhờ đó mà chúng ta có thể hồi tưởng những sự kiện đã qua. Nhờ ký ức mà chúng ta có thể sử dụng khái niệm thời gian, khi chúng ta dựa vào quá khứ mà xem xét hiện tại và dự báo tương lai.

Mỗi tình huống mới làm chúng ta nhớ lại những tình huống tương tự chúng ta đã trải nghiệm trong quá khứ và những tác động của chúng đối với chúng ta. Nhớ lại tức là đưa ra một vài chỉ dẫn mà chúng ta đã học được trong việc đối phó với các tình huống trong quá khứ, để có thể áp dụng cho tình huống hiện nay. Có nhiều loại ký ức:

a. Ký Ức Phục Hồi (*re-integrating*)

Sử dụng một phần các dấu hiệu hiện tại để dựng lại một kinh nghiệm cũ. Hôm nay có một điều gì đó khiến chúng ta "nhớ lại" một giai đoạn trong quá khứ. Chúng ta không chỉ dựng lại nội dung của giai đoạn đó, mà cả mối liên hệ với thời gian và không gian.

b. Nhận Ra (*recognition*)

Đó là một cảm giác quen thuộc khi chúng ta nhận ra điều mà chúng ta đã thấy trước đây: "Bài hát này quen thuộc đối với tôi, nhưng tên bài hát là gì?" "Tôi chắc là chúng ta đã gặp nhau trước đây rồi, nhưng tôi không nhớ ở đâu (có sự nhận ra, nhưng không có ký ức phục hồi). Đó là lý do tại sao chúng ta có khả năng phán đoán một đối tượng dựa trên sự đồng nhất của nó (thật sự hay phỏng đoán) với đối tượng mà chúng ta đã thấy trước đây.

Đó là một hình thức tổng quát hóa những kinh nghiệm quá khứ.

c. Hồi Tưởng (recalling)

Đó là duy trì một hoạt động mà chúng ta đã học trong quá khứ và hôm nay chúng ta có thể lặp lại. Chúng ta có thể đọc lại một bài thơ mà không nhớ mình đã học được trong hoàn cảnh nào. Chúng ta nhớ cách đi đứng hay chạy xe đạp mà chẳng cần quay về quá khứ; chúng ta chỉ cần cưỡi lên xe và đạp. Nếu không có khả năng lặp lại một động tác đã học trong quá khứ, chúng ta sẽ không bao giờ biết đi xe đạp và mỗi lần chúng ta bước đi, chúng ta phải nghĩ tới động tác mình đang thực hiện.

d. Học Lại (re-learning)

Nếu chúng ta học lại một điều quen thuộc, chúng ta có thể thuộc nhanh hơn điều hoàn toàn mới. Cho dù tôi đã quên tiếng Hy-lạp hoàn toàn, nhưng khi học lại thì e dễ dàng hơn, vì trước đây tôi đã học.

e. Ký Ức Cảm Xúc (affective memory)

Một khi chúng ta đã trải nghiệm một cảm xúc nào đó, thì chúng ta dễ cảm nghiệm lại cảm xúc đó. Điều đó giúp ích cho việc quyết định. Vì thế, chúng ta sẽ tập trung vào loại ký ức này. Khi chúng ta đánh giá một tình huống hiện nay, chúng ta cũng nhớ lại những điều đã xảy ra trong tình huống tương tự, những điều đã tác động trên chúng ta và chúng ta đã đối phó với chúng như thế nào. Rồi chúng ta hình dung ra những điều hiện nay đang tác động trên chúng ta và chúng ta xem xét (theo bản năng hay bằng lý trí) liệu chúng có gây thiệt hại cho chúng ta hay không. Do đó, ký ức cảm xúc đóng một vai trò quan trọng trong việc đánh giá và diễn giải mọi sự chung quanh chúng ta. Nhờ ký ức cảm xúc mà phản ứng cảm xúc trong quá khứ trở nên sắc bén hơn. Bởi thế, khi người ta trải qua một tình huống tương tự như trong quá khứ, người ta dễ có những phản ứng cảm xúc mà mình đã trải qua trong hoàn cảnh ấy.

(1) Ký ức cảm xúc bắt nguồn từ đâu?

Mọi kinh nghiệm mà chúng ta đã trải qua đều để lại dấu ấn cảm xúc trong tâm trí mà chúng ta không đương nhiên ý thức. Chúng ta có thể quên diễn biến, thời gian và nơi chốn của kinh nghiệm đó, nhưng cảm xúc kèm theo kinh nghiệm đó thì vẫn tồn tại trong chúng ta. Trong quá khứ, có thể là chúng ta chỉ có một kinh nghiệm đầy cảm xúc hay nhiều kinh nghiệm hoàn toàn vô nghĩa, nhưng nói chung thì những kinh nghiệm đó đã để lại cảm xúc hài lòng hay không hài lòng. Dấu ấn cảm xúc đó không biến mất: Người già đãng trí có thể quên quá khứ nhưng không quên những cảm xúc mà mình đã trải nghiệm trong quá khứ. Ký

ức cảm xúc thường được gọi là ký ức của con voi. Nó là một đĩa ghi âm lưu trữ lịch sử cảm xúc của mỗi người. Người ta có thể quên các sự kiện nhưng không quên cảm xúc kèm theo các sự kiện. Ký ức cảm xúc nằm trong vô thức và sẵn sàng đâm chồi khi gặp hoàn cảnh tương tự.

(2) Ký ức cảm xúc vận hành như thế nào?

Ký ức cảm xúc tuân theo nguyên tắc đồng dạng thật hay đồng dạng biểu tượng. Nếu chúng ta buồn hay vui vì một nguyên nhân nào đó trong quá khứ, thì khi nguyên nhân đó tái xuất hiện, nó cũng sẽ làm cho chúng ta có cảm xúc tương tự như trong quá khứ. Nếu một đứa trẻ đã bị phỏng ngón tay và cây nến, thì mỗi khi nhìn thấy cây nến, nó sẽ có cảm xúc "lo âu" đề phòng. Nếu tôi tương quan thân mật với những nhân vật quan trọng trong quá khứ, tôi cũng dễ giao tiếp thanh thản với những nhân vật quan trọng hiện nay. Sự đồng dạng giữa quá khứ - hiện tại chỉ xảy ra trên bình diện chủ quan: Trong trường hợp đó, giữa quá khứ và hiện tại có một quan hệ biểu tượng, thường có tính chất vô thức và do các nhu cầu mâu thuẫn gây ra. Vì lẽ đó, chủ thể nối kết hoàn cảnh hiện tại và những cảm xúc quá khứ một cách không tương ứng (Xem phần II, chương 3, đoạn vô thức và biểu tượng).

(3) Ký ức cảm xúc ảnh hưởng trên nhận thức

Như vậy, khi xảy ra một tình huống mới, tình huống đó sẽ mang theo một cảm xúc "tiên thiên" không do tình huống đó gây nên, nhưng do cách chúng ta nhận thức về tình huống đó. Cũng vì thế mà việc đánh giá của chúng ta không thay đổi: Chúng ta có khuynh hướng đánh giá một đối tượng như mình đã đánh giá, cho dù đối tượng đã thay đổi hay có thêm những thông tin mới. Chẳng hạn, kinh nghiệm ghen tị sẽ khiến tôi nghi ngờ người khác, mặc cho họ nỗ lực hết sức để đáng được tôi tin tưởng.

(4) Ký ức cảm xúc hoạt động trong vô thức

Cảm xúc trong quá khứ không xuất hiện như một ký ức, nhưng như một cảm xúc mà chúng ta trải nghiệm trong giây phút hiện tại, nơi đây và lúc này, một cảm xúc nảy sinh từ tình huống hiện tại. Cảm xúc tồn tại trong ký ức thì vượt ngoài thời gian và chúng ta hoàn toàn không hề biết rằng sự đánh giá hiện nay của chúng ta có thể là một sự đánh giá đã có trước (pre-evaluation), mà ký ức cảm xúc trong quá khứ ra lệnh cho chúng ta. Sự thường thì nhờ thông tin mới mà chúng ta điều chỉnh lại cách đánh giá, nhưng ký ức cảm xúc chính là nguyên nhân cản trở chúng ta điều chỉnh cách đánh giá của mình. Quả là khó khăn khi phải điều chỉnh một kinh nghiệm.

(5) Cuối cùng, ký ức cảm xúc thì tổng quát hoá

Khi chúng ta có cảm tình với một đối tượng, thì trong vô thức, tình cảm đó được tổng quát hóa cho mọi đối tượng cùng loại. Một đứa trẻ bị chó cắn thì có xu hướng sợ mọi loại chó, từ chó lớn đến chó con, kể cả những con vật giống như chó. Nếu một người suýt chết đuối vì lật ca-nô, ông sẽ thận trọng với mọi loại thuyền bè.

2. Tưởng Tượng về Tương Lai

Ký ức trong quá khứ không phải là cơ sở duy nhất để chúng ta đánh giá các đối tượng. Nếu thế thì phản ứng của chúng ta trước một tình huống sẽ rập khuôn, lặp lại như đúc phản ứng mà chúng ta đã có trước đây. Chúng ta nhớ lại, nhưng chúng ta cũng tiên đoán tương lai. Chúng ta hình dung những điều có thể xảy đến nay mai và đánh giá những hậu quả có thể xảy ra. Khi đứa trẻ sờ vào ngọn nến lần đầu, nó biết là ngọn nến làm cho nó đau; và một khi đã bị phỏng, thì lần sau nó không dám chạm đến ngọn nến, bởi vì nó thấy trước ngọn nến sẽ làm nó đau một lần nữa. Chúng ta chỉ có thể học được điều đó, nếu chúng ta biết nối kết kinh nghiệm đau đớn với ngọn nến và nhận thức rằng nếu chúng ta chạm ngọn nến một lần nữa, chúng ta sẽ bị phỏng. Ký ức và tưởng tượng liên kết với nhau: Chúng ta hy vọng đối tượng vẫn không thay đổi. Khi chúng ta đánh giá một đối tượng bằng trực giác, chúng ta đều mang theo niềm hy vọng là đối tượng ấy và mọi đối tượng cùng loại sẽ mãi mãi tốt hay xấu. "Đã luôn luôn như thế, thì sẽ mãi mãi vẫn như thế." Nếu một người vỡ mộng vì cuộc đời, anh ta khó tin là mọi sự trong tương lai sẽ thay đổi. Nếu anh ta chỉ nghĩ rằng ngày mai sẽ không tồi tệ như hôm nay, anh ta có thể mạnh mẽ hơn, chùng dấy mà thôi thì không đủ để giúp anh ta loại trừ nỗi cay đắng. Nếu điều chúng ta chờ đợi đã được ứng nghiệm, thì những kinh nghiệm sau này cũng khó giúp chúng ta thay đổi được. Bằng cách đó mà thái độ cảm xúc được hình thành.

3. Thái Độ Cảm Xúc

Đó là tâm trạng thường xuyên của chủ thể trong việc ép lại một đối tượng, tạo nên bởi sự lắng đọng tiệm tiến của những cảm xúc. Mọi loại cảm xúc đều có thể trở thành nguồn gốc của thái độ cảm xúc. Dần dần, người ta sẽ đối phó với những tình huống mới bằng một thái độ đã được ấn định trước, với nhãn quan của người cảm thấy được yêu thương, ghét bỏ, thấp kém, hơn người, có uy quyền, có khả năng hay thất bại... Bất cứ điều gì người ta quyết định thực hiện, thái độ cảm xúc sẽ sai khiến người ta đánh giá ngay lập tức và khơi gợi một cảm xúc đặc thù khi thực hiện nhiệm vụ. Chẳng hạn, một kẻ đói khát tình yêu thì theo bản năng, anh ta sẽ đánh giá tương quan lệ thuộc là tốt và vì thế mà anh ta bị thúc đẩy phải tìm kiếm sự lệ thuộc đó. Nếu sự lệ thuộc đó làm cho anh ta thỏa mãn, anh ta sẽ nỗ lực hơn nữa để tìm kiếm những tình huống đem lại cảm xúc như thế (= Một người càng lệ

thuộc, thì càng có nhu cầu lệ thuộc người khác) cho đến khi trở thành một tâm trạng thường xuyên (= Anh ta có khuynh hướng đánh giá những tương quan mới với thước đo "Tôi sẽ nhận được bao nhiêu? Họ sẽ yêu thương tôi như thế nào?). Cho dù nhân cách của chủ thể không thể phát triển đầy đủ được, anh vẫn cứ hành động như thế. Một ví dụ khác: Việc thỏa mãn nhu cầu tính dục có thể tạo ra một thói quen tồn tại dai dẳng, ngay cả khi sự thỏa mãn đó tác hại đến mối tương giao. Ở đây, chúng ta thấy lòng quyết tâm tránh dục tị là một khái niệm có cơ sở khoa học).

4. Thái Độ Của Trí Tuệ

Ước muốn lý tính cũng đi theo một quy trình tương tự. Ngay khi sự phán đoán theo bản năng tạo ra thái độ cảm xúc, thì sự phán đoán có suy nghĩ cũng trên tiêu chuẩn "có lợi/ không có lợi cho tôi" để tạo nên một thái độ của trí tuệ, đó là thói quen phán đoán có suy nghĩ. Bởi đó, khi chúng ta dựa trên các giá trị để suy tư, sự suy tư đó cũng để lại dấu vết trong ký ức cảm xúc. Nhờ ký ức cảm xúc đó, chúng ta có thói quen phán đoán có suy nghĩ (nhân đức).

Thái độ của trí tuệ không đương nhiên phát xuất từ các cảm xúc, cho dầu cảm xúc có thể góp phần vào việc hình thành và duy trì những thái độ của trí tuệ. Thái độ của trí tuệ bắt nguồn từ những xác tín và sự đánh giá chín chắn dựa trên những luận cứ lý tính, những luận cứ này vượt xa sự suy xét đơn thuần về hoàn cảnh hiện tại. Chúng ta duy trì thái độ của trí tuệ, bởi vì chúng ta xác tín rằng thái độ đó quả đúng đắn. Sự xác tín cũng được hỗ trợ nhờ cảm xúc, nhưng không phát sinh từ cảm xúc. Như thế, thái độ đối với chính trị, tôn giáo, tính dục... là thái độ cảm xúc, nếu chúng xuất phát từ những cảm xúc tức thời. Trái lại, chúng là những thái độ của trí tuệ nếu chúng phát xuất từ những xác tín lý tính. Mục tiêu của huấn luyện là tạo điều kiện giúp ứng sinh phát huy thái độ của trí tuệ, thái độ này không lệ thuộc sự ưng thuận thuần túy về mặt cảm xúc.

5. Thói Quen

Thái độ, xét như một thiên hướng trong việc đáp lại đối tượng, tự nó không đưa đến hành động. Trái lại, thói quen là thiên hướng đưa tới hành động. Người bẽn lễn có thể bộc lộ thái độ sợ hãi, nhưng nếu anh ta hành động bất chấp sự sợ hãi, bấy giờ thái độ sợ hãi không phát triển thành thói quen, nhưng vẫn chỉ là một thái độ. Tuy nhiên, nếu anh ta nhượng bộ trước sự bẽn lễn, bấy giờ anh ta có thói quen thoái lui khỏi xã hội. Thái độ trở thành thói quen, khi thái độ biến thành hành động. Có những thói quen cảm xúc và những thói quen do chủ thể tự ý chọn lựa, tùy theo chúng là những hành động bắt nguồn từ thái độ cảm xúc hay từ thái độ của trí tuệ. Người ta có thể phát huy những thói quen dựa trên tiêu

chuẩn "tôi thích," và những thói quen dựa trên tiêu chuẩn "có lợi cho tôi."

Một thói quen đã hình thành thì khó có thể loại bỏ, nhất là khi thói quen đó liên kết với cảm xúc. Ví dụ, nghiện ma túy là một thói quen bắt nguồn từ sự hứng thú trong kinh nghiệm lần đầu. Trên nguyên tắc thì con nghiện có thể chẳng cảm thấy thích thú hay cảm thấy khó chịu khi hút ma túy lần đầu. Tuy nhiên, anh ta tập hút ma túy vì những lý do khác: Hút cần sa để chứng tỏ mình là đàn ông và để chứng minh là người ta không thể ngăn cấm được việc hút cần sa. Kể từ khi anh bắt đầu cảm thấy hứng thú, thì thói quen lệ thuộc cũng bắt đầu hình thành. Thói quen lệ thuộc sẽ được củng cố dần dần vì sự thích thú và tình trạng cảm xúc (chán nản, phiền muộn, muốn giải sầu...). Để cắt đứt một thói quen cảm xúc, nếu chúng ta chỉ biến sự thích thú thành đau khổ thì vẫn chưa đủ (chẳng hạn làm cho con nghiện ma túy ói mửa mỗi khi hút). Nếu chúng ta chỉ xem xét nội tâm để tìm hiểu nguyên nhân tâm lý bắt nguồn trong quá khứ, thì như thế cũng vẫn chưa đủ. Điều cần thiết là con nghiện phải có một động lực mạnh mẽ và một quyết tâm chấm dứt sự thích thú và chống lại những xu hướng cảm xúc.

D. XUNG KHẮC GIỮA CÁC KHUYNH HƯỚNG ĐÁNG AO ƯỚC

Ước muốn cảm tính thì đưa đến hành động, trừ phi chủ thể đánh giá lại ước muốn cảm tính của mình và phát huy những xu hướng khác hay ngược lại ước muốn cảm tính.

Trong trường hợp đó sẽ xuất hiện một sự xung khắc và tương phản giữa hai xu hướng mà chủ thể đều mong muốn. Hai xu hướng ấy phát xuất từ những nguồn gốc khác nhau: Cả hai xu hướng đều đáng ước ao và không đáng ước ao dưới những khía cạnh nhất định. Tiêu chuẩn "tôi thích" thúc đẩy tôi đi theo hướng này, còn tiêu chuẩn "có lợi cho tôi" thúc đẩy tôi đi theo hướng khác. Vậy đâu là quyết định cuối cùng?

Trong bất cứ quyết định nào, chúng ta cũng đều bị lôi cuốn, ít là trong mức độ tối thiểu; nếu không thì chúng ta không thể duy trì quyết định đó. Nếu không có xu hướng thích thú (tôi thích), thì cũng không đưa đến hành động. Tuy vậy, xu hướng tự nó không đưa đến quyết định và duy trì quyết định. Nếu các xu hướng của chúng ta do cảm xúc điều khiển, chúng ta không thể đối diện với thế giới một cách trưởng thành, bởi vì các xu hướng đó thiếu tiêu chuẩn phổ quát. Vì thế mà chúng ta không thể đạt được mục đích mà chúng ta đã quyết định ngay từ đầu, nhưng làm cho mục đích ấy tiêu tan.

Bởi thế, những xu hướng mạnh nhất không hẳn sẽ định đoạt hành động mà chúng ta sẽ thực hiện. Chúng ta có thể hành động ngược lại với những ước muốn đầy cảm xúc và quyết định thực hiện những điều thoát tiên ít lôi cuốn, nhưng về lâu về dài thì có lợi hơn. Nếu sự phán đoán của chúng ta đi ngược lại sự đánh giá theo bản năng và chiếm ưu thế, bấy

giờ sẽ không còn xung khắc giữa hai xu hướng nữa, cho dù chúng ta vẫn khó thực hiện điều chúng ta đã quyết định bởi vì cảm xúc trái nghịch vẫn còn thu hút chúng ta.

Như vậy, xu hướng lỗi cuốn chúng ta hơn không đương nhiên sẽ thắng thế. Chúng ta có thể chọn theo xu hướng ít lỗi cuốn hơn, nhưng có lợi hơn. Sự lỗi cuốn cảm xúc vẫn tồn tại, nhưng nó không làm cho chúng ta xao động, trái lại nó thúc bách chúng ta tái khẳng định quyết định mà chúng ta đã chọn dựa trên tiêu chuẩn ưu tiên, tiêu chuẩn này sẽ trở nên lỗi cuốn hơn dưới sự soi sáng của ước muốn lý tính.

Thậm chí con người cũng có thể nói "không" dứt khoát với các quyền cơ bản như quyền tư hữu, quyền tự quyết và quyền có gia đình, và chọn lựa sự nghèo khó, tuân phục và khiết tịnh bằng cách đi ngược lại sự thúc bách của cảm xúc. Chính vì con người có hai khả năng khi lấy quyết định, cho nên con người có thể đánh giá chín chắn cảm xúc của mình và đặt cảm xúc mình trong tương quan với các giá trị, để có thể quyết định: Hành động theo các nhu cầu hay hành động theo các lý tưởng của mình, khi các nhu cầu không ăn khớp với các lý tưởng. Những chọn lựa của con người có khả năng kích hoạt những cảm xúc đặc trưng của con người.

Điều chúng tôi muốn khẳng định là con người có khả năng hành động theo ý chí. Con người không buộc phải phản ứng ngay với trò chơi cảm xúc; con người có thể kiểm soát bản thân và do đó mà trở nên một tác nhân luân lý. Chúng ta chỉ có thể phán đoán và đi theo một lập trường, khi chúng ta được giải thoát khỏi những ràng buộc tâm sinh lý và tâm lý xã hội.

Để có thể từ bỏ - chứ không phải ức chế (inhibition) chúng ta phải toàn nhập cảm tính và lý tính. Toàn nhập là đặt cảm tính lệ thuộc lý tính (chứ không loại trừ cảm tính).

Như chúng ta đã thấy, cái lô-gíc của cảm tính thì tuân theo tiêu chuẩn cá biệt. Nhờ ước muốn lý tính, chúng ta có thể hòa nhập tiêu chuẩn cá biệt với tiêu chuẩn phổ quát và bất mâu thuẫn của lô-gíc lý tính. Những vấn đề trên cấp bậc cảm tính chỉ có thể được giải quyết trọn vẹn trên cấp bậc lý tính. Lý tính không phủ nhận cũng chẳng huỷ bỏ cảm tính, nhưng nâng cảm tính lên một cấp bậc cao hơn nhằm tìm lối thoát cho những mâu thuẫn của cảm tính. Ví dụ, chúng ta có thể hạn chế sự mâu thuẫn giữa cảm xúc yêu thương/ ghen ghét, hận thù / nhân hậu, v.v... trong mọi tương quan, nếu chúng ta đặt sự mâu thuẫn đó trong bối cảnh ý nghĩa của tương quan. Nếu chúng ta cứ đứng trên cấp bậc cảm tính, thì mối tương quan đó vẫn còn gây xung đột và tồn tại.

Những cấp bậc của đời sống tâm linh, những cấp bậc ý thức, cũng như ước muốn cảm tính và ước muốn lý tính, là ba thực tại mà chúng ta biết được khi quan sát đời sống

con người. Đến đây, chúng ta sẽ tìm hiểu những khía cạnh nội tâm của con người, tức là những khía cạnh sâu xa hơn mà chúng ta khó biết trực tiếp.

Chương 4. NỘI DUNG CỦA BẢN NGÃ (EGO)



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM](#)

Nếu chúng ta muốn phân tích cấu trúc nội tâm con người, chúng ta phải đào sâu và mô tả cụ thể hơn nữa. Như chúng ta đã thấy, con người hoạt động trên ba cấp bậc của đời sống tâm linh và ý thức, và về cơ bản thì con người bị thúc đẩy bởi cảm xúc và/ hay lý trí. Bây giờ chúng ta cần đi xa hơn để quan sát con người "từ bên trong" nghĩa là tìm hiểu những yếu tố đã làm nên hậu cảnh của lối sống và cách thức con người lấy quyết định.

Việc nghiên cứu của chúng ta liên quan đến hai câu hỏi: 1) Khi chúng ta hành động, điều gì lôi cuốn hay thúc đẩy chúng ta? Đây là những năng lực thúc đẩy chúng ta? Đó là những câu hỏi liên quan đến "cái gì" hay nội dung của bản ngã; 2) Khi chúng ta hành động, tại sao chúng ta bị lôi cuốn hay thúc đẩy bởi những nội dung này chứ không phải những nội dung khác? Đó là câu hỏi liên quan đến "tại sao" hay cấu trúc của bản ngã. Ví dụ: Nếu hành vi chúng ta bị thúc đẩy bởi cảm xúc và theo tiêu chuẩn "tôi thích" thì nguyên nhân trực tiếp có thể là nhu cầu gây hấn (nội dung bản ngã). Tuy nhiên, nhu cầu gây hấn lại bắt nguồn từ sự lo âu, bởi vì lý tưởng không thể dung hòa được với thực tế (cấu trúc bản ngã). Nội dung bản ngã sẽ cho chúng ta thấy điều gì đang thúc đẩy chúng ta; cấu trúc bản ngã giải thích tại sao chúng ta bị thúc đẩy như thế. Như vậy, điều quan trọng là chúng ta phải hiểu nội dung của bản ngã. Tuy nhiên, nếu chúng ta có khả năng nghiên cứu các cấu trúc của bản ngã, chúng ta sẽ hiểu biết con người sâu sắc hơn, nhất là những cấu trúc bền vững và không thay đổi: Chúng ta sẽ đi từ "cái gì" đến "tại sao." Thật thế, đó là phương pháp cấu trúc mà chúng tôi khai triển trong tập sách này.

Chúng ta sẽ tìm hiểu cấu trúc bản ngã trong chương tiếp theo, còn bây giờ chúng ta sẽ bắt đầu phân tích các nội dung của bản ngã. Chúng ta sẽ thấy rằng nhu cầu và giá trị biểu lộ qua thái độ chính là tác nhân thúc đẩy hay lôi cuốn chúng ta.

A. CÁC NHU CẦU

1. Định Nghĩa

Nhu cầu là xu hướng bẩm sinh hướng tới hành động. Nhu cầu bắt nguồn từ sự thiếu

hạt trong cơ thể hay bắt nguồn từ những tiềm năng tự nhiên của con người, những tiềm năng đó có xu hướng thể hiện ra bên ngoài. Bây giờ, chúng ta hãy phân tích nội dung của định nghĩa này.

a. Trước hết, nhu cầu là xu hướng đưa tới hành động.

Điều đó có nghĩa các xu hướng chứa đựng năng lực tâm linh; nếu không có năng lực đó, chúng ta sẽ không thể suy tư hay thực hiện bất cứ cử chỉ nào. Bởi đó, các nhu cầu thì vô cùng quý báu: Mỗi người đều không ngớt mức nguồn năng lực để yêu thương, để biết, để thiết lập những tương giao, để vượt qua những khó khăn, v.v... Quả là vô lý và bất khả thi, nếu chúng ta muốn loại bỏ mọi nhu cầu và xem các nhu cầu tương phản với lý tưởng, bởi vì chúng ta cảm thấy các nhu cầu như một điều không cao thượng cho lắm. Làm như thế tức là chúng ta muốn yêu thương mà không cần có năng lực. Hành vi yêu thương Thiên Chúa hay hành vi cưỡng bức tha nhân đều phát xuất từ cùng một nguồn năng lực, cho dù người ta hiểu và sử dụng năng lực đó vào những mục đích khác nhau.

Nhu cầu chỉ là một xu hướng. Nhu cầu tự thân thì không đủ để tạo ra hành động. Do vậy, nhu cầu không phải là tác nhân quyết định của một hành vi hay định hướng cụ thể cho hành vi. Nhu cầu cũng không phải là một "bảng chỉ đường," mà chỉ là một "định hướng ưu tiên". Vì nhu cầu yêu thương, chúng ta thích những tương giao thân thiện hơn những tương giao tiêu cực. Tuy nhiên, nhu cầu yêu thương không ấn định chúng ta phải tiếp xúc với tha nhân như thế nào và cũng không bao hàm những cách thức cụ thể để biểu lộ tình yêu. Định hướng cơ bản thì bẩm sinh và chúng ta còn phải học kỹ năng trong việc thỏa mãn các nhu cầu. Như vậy, nhu cầu có khả năng thích nghi rất lớn: Bởi vì nhu cầu không phải là một bảng dẫn đường, nên nhu cầu có thể biểu lộ bằng rất nhiều cách thức và có thể được nhào nặn nhờ các tình huống, qua việc tập luyện và quá trình nhận thức (ước muốn lý tính). Nói cách khác, hành vi con người không bị định đoạt bởi các nhu cầu của mình một cách tất yếu và tự động: Giữa nhu cầu và hành động có một khoảng cách chi phối bởi sự quyết định của con người. Một người mắc chứng "biếng ăn do thần kinh" vẫn có nhu cầu ăn uống trên bình diện sinh lý, đồng thời không muốn nuốt thức ăn và trên thực tế là người đó không ăn. Một người buồn phiền, trên bình diện tâm lý vẫn có nhu cầu tương giao với người khác, nhưng anh ta không muốn giao tiếp và khép kín bản thân. Để biến nhu cầu thành hiện thực, ít nhất chúng ta cần có sự góp phần của ước muốn cảm tính hay ước muốn lý tính mà chúng ta đã phân tích trên đây. Để có một hành vi gây hấn, nếu chủ thể cảm thấy tức giận mà thôi thì chưa đủ, mà còn phải ứng thuận tức giận một cách ý thức hoặc vô thức.

Freud còn nhận thấy rằng, ngoài “nguyên tắc khoái lạc” (quá trình sơ đẳng) vốn thúc

đẩy người ta hướng tới việc thỏa mãn nhu cầu ngay tức khắc, bằng cách loại trừ mọi khoảng cách giữa nhu cầu và hành động, chúng ta còn có “nguyên tắc thực tế” (quá trình thượng đẳng) thúc giục chủ thể đối diện với môi trường chung quanh là cắt đứt quá trình tự động giữa nhu cầu - hành động. Trường hợp thứ nhất là cách hành động đặc trưng của trẻ con (và người loạn thần kinh), trường hợp thứ hai là cách hành động của người trưởng thành.

b. Nhu cầu bắt nguồn từ sự thiếu hụt của cơ thể hay phát sinh từ tiềm năng tự nhiên của con người

Câu này muốn khẳng định rằng các nhu cầu được kích hoạt bởi hoàn cảnh, bởi sự thiếu hụt về mặt thể lý hay bởi thiên hướng bẩm sinh trong bản tính con người. Chúng ta có thể nói một cách khác như sau:

1) Chúng ta không thể giản lược nhu cầu với bản năng, bởi vì bản năng bắt nguồn từ chức năng sinh học và điều khiển bởi mô hình "giải tỏa căng thẳng" tự động như Freud chủ trương.

2) Chúng ta cũng không thể cho rằng, bên cạnh các nhu cầu sinh lý "sơ đẳng" thì chỉ có các nhu cầu xã hội hay nhu cầu "thượng đẳng" mà chúng ta "học được" qua môi trường xã hội hay qua các tiến trình xã hội hóa ngẫu nhiên, qua cơ chế "tăng cường quan hệ xã hội" như chủ trương của thuyết hành vi và tân thuyết hành vi, nhất là những tác giả McClelland, Dollard và Miller. Freud cũng đưa ra một khái niệm tương tự, trong đó ông xem tiến trình thăng hoa có nhiệm vụ làm phát sinh những động cơ thượng đẳng của dục tình.

3) Có những nhu cầu bẩm sinh gắn liền với bản tính con người và có tính phổ quát.

4) Có những nhu cầu liên quan đến mỗi cấp bậc của đời sống tâm linh (thể lý, xã hội, lý tính) với những đặc tính và đòi hỏi tương ứng. Bởi đó, chúng ta không thể giản lược các nhu cầu với một động lực cơ bản mà thôi, như thể chúng chỉ là biến thể của động lực đó, và như thế, đời sống tâm linh mới có thể phong phú hơn (vượt trên những đòi hỏi, khi đứng trên một quan điểm khác). Quan niệm về nhu cầu của tâm lý học không dừng lại ở khía cạnh thiếu hụt, nhưng cũng xét đến xu hướng tăng trưởng, phát triển bản thân và giao tiếp.

2. Các Loại Nhu Cầu

Phần lớn các nhà tâm lý học hiện đại đều có khuynh hướng nói rộng khái niệm nhu cầu sang phạm vi lý tính tinh thần: "Tâm lý học hiện đại đều nói đến khuynh hướng của con người bình thường là liên tục phá vỡ sự quân bình - điều bình để đạt tới những mục tiêu mới trên cấp bậc cao hơn, bằng cách chấp nhận những rủi ro và bất trắc khiến cho sự quân

bình bị gián đoạn tạm thời. Khi những động cơ thúc đẩy vận hành trên bình diện nhận thức và giá trị, thì trọng tâm chi phối mọi hoạt động chính là “nguyên lý mở rộng.” Chúng ta hãy lướt qua một vài tác giả quan trọng liên quan đến khái niệm mới về nhu cầu.

Trong quá trình phát triển của phân tâm học, Hartman là người đầu tiên sử dụng một thuật ngữ mới gọi là "cái tôi tự trị" (hay tâm lý học về cái tôi). Theo ông, bên cạnh phạm vi bản năng liên quan đến nguyên lý điều bình (homeostatic) nhằm giải toa căng thẳng, còn có một cái tôi như là bộ máy hiểu biết. Bộ máy này độc lập phần nào đối với xung động, có mục đích riêng và vận hành nhờ năng lực riêng của mình, đồng thời nhắm tới những mục tiêu lâu dài. Chính vì những mục tiêu đó mà chủ thể càng thêm căng thẳng và không có được tình trạng điều bình.

Bên cạnh những động cơ thúc đẩy vì sự thiếu hụt còn có "những động cơ thúc đẩy sự phát triển" theo cách nói của Maslow. Động cơ thúc đẩy phát triển khác với động cơ do thiếu hụt và có thể mang lại niềm vui. Ví dụ: Khao khát hiểu biết là một động cơ thúc đẩy phát triển. Động cơ này khác với sự khao khát của các triết gia chỉ làm cho người ta cảm thấy khó chịu. Các triết gia không hề thỏa mãn với một chuỗi hành động hấp thụ - giảm trừ chỉ mang lại một sự xoa dịu tạm thời, nhưng chỉ thỏa mãn qua việc tìm kiếm không ngớt căng thẳng. Sự tìm kiếm này tự nó mang lại niềm phấn khích cho chủ thể và bảo đảm một niềm vui lâu dài, cho dù chủ thể không bao giờ có thể đạt được mục tiêu mình hằng theo đuổi.

Một tác giả khác là Harlow. Ông cũng không chấp nhận giản lược mọi nhu cầu vào những nhu cầu thúc bách thể lý với mức độ điều bình tương đối. Theo ông, người ta sống và làm việc không phải vì họ bị thúc đẩy bởi lo lắng tính dục hay buồn phiền. Bất chấp tình trạng đó, thỉnh thoảng người ta vẫn có thể tập trung giải quyết những vấn đề chẳng mang lại lợi ích gì rõ rệt, mà chỉ gây ra phiền phức và đau khổ. Họ hành động như thể vấn đề tự nó là động cơ thúc đẩy họ phải đối diện với nó.

Một học thuyết quan trọng khác liên quan đến khái niệm nhu cầu, đó là thuyết "độc lập chức năng của động cơ" của Allport. Theo ông, những động tác mà chúng ta thực hiện vào những giây phút đầu tiên của cuộc sống là vì những động cơ sơ đẳng (bảo toàn bản thân). Tuy nhiên, trong mức độ nào đó chúng làm cho chúng ta thích thú đến nỗi chúng ta hành động mà không hề theo đuổi mục tiêu của động cơ nguyên thủy. Những hoạt động đó trở nên cùng đích và "độc lập về phương diện chức năng". Allport kể những hoạt động "thượng đẳng" (trí thông minh, óc sáng tạo...) vào loại đó.

Tóm lại, trên bình diện lý tính - tinh thần, chúng ta có những nhu cầu quan trọng sau

đây:

Trên cấp bậc thuần lý: Đó là nhu cầu biết mình và môi trường chung quanh, cần một căn tính tích cực, sự an toàn, thể hiện bản thân, sáng tạo.

Trên cấp bậc tinh thần: Đó là nhu cầu tìm ý nghĩa, làm cho cuộc sống có "mục đích", tìm kiếm ý nghĩa tối hậu của thực tại, thiết lập dự phóng tổng quát cho cuộc sống và hướng tới tuyệt đối.

Những nhu cầu trên cấp bậc tâm lý - xã hội là những nhu cầu trên bình diện nhóm nói chung. Đó là nhu cầu được nhóm trân trọng, nhu cầu kết bạn, khám phá môi trường và được môi trường khích lệ, có khả năng tương tác hiệu quả với thực tại.

Dù sao chăng nữa, chúng ta có cảm tưởng nhiều nhà tâm lý, kể cả những tác giả nói trên, vì đã nhấn mạnh đến nhu cầu này hay nhu cầu kia, nên đã không nhìn thấy toàn bộ các nhu cầu ở những cấp bậc khác nhau và đã đưa ra những kết luận một chiều.

Có lẽ Murray là tác giả duy nhất đã tránh được nhược điểm đó. Sau khi so sánh và phân tích cận kề danh sách những nhu cầu mà các nhà tâm lý đề nghị, ông đã nhấn mạnh một số nhu cầu quan trọng hơn trong lãnh vực tâm lý và lý tính - tinh thần. Những nhu cầu đó có thể được xem là thành phần phổ biến trong bản tính con người. Dưới đây là định nghĩa của những nhu cầu ấy.

Bảng III. Định nghĩa các nhu cầu

* Hạ mình: Chấp nhận thua kém. Chịu thua. Cam chịu số phận. Túng phục sức mạnh ngoại giới cách thụ động. Than trách và xem thường bản thân. Sợ làm điều mình có khả năng làm được.

* Thủ đắc: Thực hiện những việc có ý nghĩa. Thủ đắc điều gì đó cho mình. Không đắm mình trong những chuyện vô bổ. Xây dựng, sáng tạo và tương tác hiệu quả với môi trường; có khả năng.

* Sáp nhập: Lôi kéo người khác đến với mình, thích công tác hay trao đổi với một đồng minh. Hợp tác, trao đổi ý kiến. Gắn bó và trung thành với bạn.

* Gây hấn: Trả thù vì bị xúc phạm. Tấn công, làm tổn thương hay giết người khác. Phản đối và chống đối. Xúc phạm, hạ giá hay chế giễu người khác. Nói xấu người khác. Có đầu óc chống đối.

* Tự lập: Thích tự do và tự điều khiển đời mình cách tích cực. Chống áp bức. Tránh né hay loại bỏ công việc do cấp trên áp đặt. Độc lập và tự do hành động theo chuẩn mực

của mình. Chống lại sự kiểm chế và áp đặt.

* Thay đổi (sự mới mẻ): Thay đổi môi trường, hoàn cảnh, công việc. Tránh thói quen và lặp đi lặp lại.

* Tùng phục (chiều theo ý người khác): Cảm phục và ủng hộ bề trên. Ca ngợi, tôn vinh, tán dương bề trên. Đi theo một mẫu gương.

* Thống trị: Chi phối hay điều khiển người khác bằng cách đề nghị, thuyết phục, truyền lệnh. Can ngăn, cản trở hay cấm đoán, thuyết phục, đề nghị. Chỉ dạy, thông tin, giải thích, diễn giải, dạy dỗ, tổ chức.

* Phô trương: Gây ấn tượng. Muốn được thấy và được lắng nghe. Tạo phản kích, ngạc nhiên, dụ dỗ, cảm phần, âm mưu hay cám dỗ người khác.

* Lẩn tránh thiệt hại: Tránh thất bại, tổn thương thể lý bệnh tật và sự chết. Thích sống trong những môi trường quen thuộc và có quy cũ. Tránh né tình huống nguy hiểm. Đắc đo cân nhắc. Giữ sự căng thẳng ở mức tối thiểu.

* Tránh bị phê bình hay thất bại (phòng thủ): Rời xa những tình huống gây lúng túng và tránh né những hoàn cảnh có thể khiến mình xem thường bản thân: Sự khinh miệt, chế nhạo hay dừng dưng của người khác, tự trách. Không bao giờ chấp nhận sai lầm của mình. Biện hộ cho đến cùng. Nhất trí thụ động. Che đậy và tự vệ mà không có nguyên nhân.

* Nuôi dưỡng: Thông cảm và đáp ứng nhu cầu của người yếu ớt, tàn tật, mệt nhọc, thiếu kinh nghiệm, ốm yếu, thất bại, bị xỉ nhục, cô đơn, thất vọng, đau ốm, tinh thần bối rối. Giúp đỡ kẻ gặp nguy hiểm, cung cấp thức ăn, giúp đỡ, nâng đỡ an ủi săn sóc, chữa trị. Một khuynh hướng vị tha bẩm sinh muốn giúp đỡ người khác.

* Trật tự: Tổ chức và sắp đặt công việc một cách có ý nghĩa. Thiết lập hệ thống quy chiếu. Làm cho sự vật có ý nghĩa và chấp nhận bản chất của sự vật. Thường tự hỏi liệu việc mình làm hay muốn làm có triển vọng hay có giá trị gì không. Cân nhắc hậu quả của hành động. Không chỉ biết sự vật, mà còn biết sắp đặt mọi sự vào đúng vị trí và gán cho chúng một ý nghĩa.

* Giải trí: Vui đùa mà chẳng có mục đích gì. Tìm thú vui hay phương thế thư giãn. Thích cười đùa và bông đùa, mơ mộng ban ngày.

* Đối tác động (counteraction): Kiên trì khắc phục khó khăn, sự thất vọng, những điều nhục nhã hay tình huống gây lúng túng, bằng cách chống lại khuynh hướng tránh né, từ nhiệm hay rút lui khỏi tình huống có thể đưa đến những hậu quả trên đây.

* Lòng tự trọng: Muốn có một căn tính thật sự vững bền và tích cực. Nhận biết phẩm chất của mình. Vui thích vì mình và việc mình làm. Việc biết mình được đặt trong một khung có hệ thống và thống nhất. Hội nhập các khía cạnh tiêu cực.

* Thỏa mãn tính dục: Sử dụng người khác như phương tiện tìm khoái lạc. Lôi kéo, chiếm hữu và bỏ rơi. Nhìn người khác như một thể xác, chứ không phải là con người tâm linh.

* Nhìn nhận (quan tâm): Muốn được nhìn nhận, trân trọng, yêu mến, kính trọng và quan tâm. Giữ mình không để bị xem thường. Giữ gìn danh thơm tiếng tốt.

* Thành công: Muốn thành công khi làm những việc khó khăn. Phát huy tiềm năng, phát triển bản thân, cố gắng trở vượt hơn người khác bao nhiêu có thể bằng cách thể hiện các tài năng.

* Trợ giúp: Bày tỏ thiện cảm trong việc trợ giúp đồng minh. Muốn được chăm sóc, nâng đỡ, hỗ trợ, bao bọc, bảo vệ, yêu thương, khuyên bảo, hướng dẫn, nuông chiều, tha thứ, an ủi. Muốn gần người tận tình bảo hộ.

* Hiểu biết: thỏa mãn tính hiếu kỳ, thích khám phá, đặt câu hỏi. Thu lượm thông tin từ cảm nhận sơ đẳng đến trừu tượng và những lý luận cao sâu hơn. Quan sát, lắng nghe, sờ mó đồ vật và giải thích lập trường của mình đối với thực tại.

Qua danh sách trên, bạn có thể nhận thấy nội dung của các nhu cầu có thể tương phản với nhau. Một lần nữa, chúng ta đối diện với sự phức tạp và mâu thuẫn của con người. Sau khi suy đi nghĩ lại một thời gian dài, cuối cùng Freud đã nhận ra hai nhu cầu chính yếu của con người: Đó là bản năng sinh tồn và bản năng hủy diệt. Hai nhu cầu này rõ ràng tương phản với nhau.

3. Kinh Nghiệm về Các Nhu Cầu

Đến đây, chúng ta có thể tìm hiểu một vài yếu tố nhằm giải thích tại sao nhu cầu này lại trở vượt nhu cầu kia.

a. Trước hết, sự trở vượt của một nhu cầu là do nhu cầu đó chịu một sức ép mạnh hơn các nhu cầu khác. Rõ ràng là không phải mọi người đều có kinh nghiệm như nhau về các nhu cầu; và ngay cả trong chính bản thân mỗi người, các nhu cầu cũng không tạo nên một sự thúc ép ngang nhau. Ví dụ, nếu một người thiếu giáo dục hay thiếu kiểm chế và không kiểm soát được nhu cầu gây hấn của mình, dần dần anh ta sẽ hung hăng hơn và sử dụng nhiều năng lực tinh thần theo chiều hướng đó, bất chấp nhu cầu của người khác. Mặt khác, nếu người ta đáp ứng quá mức nhu cầu trợ giúp, anh ta sẽ bị thúc bách phải tiếp tục

làm cho mình thỏa mãn trong lãnh vực đó, vì thế mà anh xem việc nhận lãnh thì quan trọng hơn là trao ban tình yêu (Đó cũng là trường hợp của người quá túng thiếu).

b. Một yếu tố khác liên quan mật thiết đến sức ép của nhu cầu là mối tương quan giữa nhu cầu và lòng tự trọng. Ví dụ, nếu tôi liên kết lòng tự trọng với việc gây ảnh hưởng trên tha nhân và sự kính trọng của người khác hay phải luôn tỏ ra là mình đúng... bấy giờ nhu cầu thống trị sẽ tạo nên một sức ép lớn hơn những nhu cầu kém quan trọng đối với lòng tự trọng.

c. Cuối cùng, điều bất hệ trọng là chủ thể có ý thức về nhu cầu của mình hay không. Nếu anh ta hiểu và nhìn nhận nhu cầu của mình cùng với sự lẫn tránh tinh vi, bấy giờ anh ta biết rõ cảm xúc của mình và nguyên nhân của các thúc bách nhất định. Trong trường hợp đó, anh ta có thể chọn một lập trường và quyết định một cách có trách nhiệm. Trái lại, nếu nhu cầu đó ẩn khuất trong vô thức, anh ta sẽ không thể hiểu điều gì đang xảy ra trong lòng. Anh ta có thể nhận biết sự thúc bách và hậu quả của nó, nhưng không thể biết được nguyên nhân, thậm chí anh ta biện minh cho sự thúc bách đó ("Tôi muốn hy sinh bản thân để phục vụ tha nhân," nhưng thực chất là để phô trương). Do đó, anh ta ít có khả năng kiểm soát nhu cầu của mình, và vì nhu cầu đó ẩn khuất trong vô thức, nên đời sống của anh ta có thể bị xáo trộn mà anh không biết tại sao. Như thế, anh ta có thể chi phối bởi một nhu cầu vô thức mạnh hơn nhu cầu mà anh ý thức được.

Như chúng ta đã thấy, nhu cầu tự nó không phải là yếu tố quyết định của hành động. Để cho một nhu cầu được cụ thể hóa bằng hành động, thì còn có sự góp phần của những yếu tố khác. Dù sao đi nữa thì mọi hành động đều liên quan đến nguồn năng lực quý báu này.

B. THÁI ĐỘ

"Thái độ là một thiên hướng của tinh thần và não bộ trong việc đáp lại tác nhân kích thích. Thái độ được hình thành nhờ kinh nghiệm và điều khiển hành vi". Đó là định nghĩa của Allport và McGuire đã lấy lại và phân chia thành 16 loại thái độ. Qua định nghĩa trên đây chúng ta thấy được tầm quan trọng của thái độ cũng như sự mơ hồ của thuật ngữ này. Nhờ công trình nghiên cứu của Hovland, Festinger và Sherif mà các nhà tâm lý xã hội học trong thập niên 60 đã quan tâm đến vấn đề này. Ngoài định nghĩa của Allport, ít nhất còn có hai định nghĩa khác có thể giúp chúng ta hiểu bản chất của thái độ rõ hơn. Thứ nhất là định nghĩa của Katz: "Thái độ là thiên hướng của chủ thể trong việc đánh giá các biểu tượng, đồ vật hay các khía cạnh của thế giới cách thuận lợi hay không thuận lợi". Thứ hai là định nghĩa của Rokeach: "Thái độ là một hệ thống niềm tin tương đối bền vững đối với một đối tượng

hay một hoàn cảnh, và thúc đẩy chủ thể đáp lại đối tượng hay hoàn cảnh với một sự ưu tiên nhất định”.

Có một số yếu tố chung mà chúng ta cần lưu ý:

1. Cả ba tác giả đều coi thái độ như một thiên hướng trong việc đáp lại đối tượng. Do đó, thái độ là một yếu tố đi trước hành động (hiểu là động tác bên ngoài); một cách nào đó, thái độ đi trước dọn đường và đưa đến hành động, đồng thời góp phần làm cho hành động có một mục đích và một cách ứng xử, nhưng không bao giờ lẫn lộn với hành động. Điều đó cho thấy thái độ là một khái niệm phức tạp và người ta khó có thể đo lường thái độ. Người ta chỉ có thể xác định gián tiếp (ví dụ qua việc phân tích các phản ứng sinh lý, cách phát biểu, mọi chi tiết của hành vi, các phản ứng khi làm trắc nghiệm bằng miệng được chuẩn bị trước và những trắc nghiệm bộc phát...). Tuy nhiên, Wilson nhắc chúng ta rằng "những biến tố" mà chúng ta quan sát được không thể đồng hóa với thái độ; chúng ta chỉ có thể sử dụng như bản chỉ dẫn, thước đo hay dụng cụ kiểm chứng. Vì thế, nếu chúng ta chỉ quan sát các hành vi mà phán đoán, chúng ta sẽ sai lầm.

2. Ba định nghĩa trên, theo những cách thức khác nhau và bổ túc cho nhau, đều nhấn mạnh những cấu tố của thái độ: Nhận thức, cảm tính và ý muốn. Cấu tố nhận thức ám chỉ cách thức chủ thể nhận biết đối tượng của thái độ, liên quan đến khái niệm. Theo nghĩa đó thái độ là một quan điểm: Đó là khái niệm của tôi về thực tại, nhưng tôi không nhất thiết cảm thấy bị lôi cuốn hay không. Ví dụ, thái độ bài Do thái nói với tôi rằng người Do thái thì tham lam và khó chịu. Mặt khác, cấu tố cảm tính cho thấy chủ thể cảm thấy bị thu hút hay gớm ghét đối tượng của thái độ: Qua thái độ bài Do thái cấu tố cảm tính khiến tôi cảm thấy gớm ghét và khinh bỉ người Do thái. Cấu tố này là "yếu tố nòng cốt" của thái độ: Khi chúng ta nói đến cường độ của thái độ, chúng ta thường ám chỉ cấu tố cảm tính này. Cấu tố cảm tính có một tầm quan trọng đặc biệt. Sau đây là ba nhận xét mà chúng ta có thể rút ra từ những thái độ thường ngày của chúng ta:

a. Một thái độ có thể tồn tại, cho dù chúng ta không còn có yếu tố nhận thức. Nếu tôi thích hút thuốc, thì ngay cả khi tôi biết hút thuốc có hại cho sức khỏe, tôi vẫn thích. Nếu tôi đã thích một ca sĩ nào đó, thì dù tôi đã quên những chi tiết trong cuộc đời người đó, tôi cứ vẫn thích.

b. Suy luận không phải là nền tảng của thái độ, nghĩa là nhận thức không phải là yếu tố quyết định cấu tố cảm tính: Cả người nghiện ma túy lẫn người cảnh sát đều nhận thức rõ những tác hại của ma túy, nhưng người thứ nhất thì nghiện còn người thứ hai thì không.

c. Cấu tố cảm tính thì tồn tại lâu dài và quan trọng hơn cấu tố nhận thức: Thái độ

thường có khuynh hướng tái diễn một khi đã trải nghiệm.

Cuối cùng, cấu tố ý muốn (thúc bách hành động) cho thấy xu hướng của chủ thể khi cư xử với đối tượng. Do đó thái độ bài Do thái không chỉ đưa đến một quan điểm tiêu cực và một cảm xúc ghét người Do thái, nhưng còn thúc đẩy chủ thể có cử chỉ gây hấn và chỉ trích họ. Do đó, trong thái độ có sự nhận thức và diễn giải về đối tượng hay hoàn cảnh, sau đó là tâm trạng bị thu hút hay xa lánh đưa đến hành động tương ứng.

Qua sự cấu tạo của những năng lực tinh thần, chúng ta hiểu chức năng của thái độ là một yếu tố trung gian giữa nhận thức tri giác và hành động.

3. Ảnh hưởng của thái độ đối với hành vi không chỉ mang tính chất hướng dẫn, nhưng còn có tính năng động; quan niệm này khác với quan điểm của Freud, bởi vì ông cho rằng năng lực hoàn toàn tập trung nơi các nhu cầu.

Thái độ không chỉ chuyển tải năng lực của chủ thể hướng tới một hình thức diễn tả đặc thù (chức năng hướng dẫn), mà còn sản sinh năng lực (chức năng năng động). Nếu óc bài Do Thái chỉ là một thái độ có tính hướng dẫn và chúng ta muốn loại bỏ thái độ đó, chúng ta chỉ cần hướng sự gây hấn tới một đối tượng khác như người giàu hay kẻ bóc lột, bấy giờ óc bài Do thái sẽ biến mất. Tuy nhiên, thái độ cũng có tính năng động: Nó không chỉ hướng sự thù hằn tới người Do thái, nhưng còn tạo ra sự thù hằn. Bởi thế, chúng ta rất khó thay đổi thái độ; tin vào điều trái ngược với thái độ thì chưa đủ (ghét người Do thái là điều xấu), nhưng chúng ta còn phải giảm bớt mức độ thù hằn (Anh ghét người Do thái như thế nào?)

Liên quan đến chức năng hướng dẫn của thái độ, người ta nhận thấy thái độ không chỉ gây ảnh hưởng trên chủ thể trong việc đáp lại tác nhân kích thích, mà cả cách thức chủ thể nhận biết tác nhân kích thích: Thái độ định đoạt cách thức chủ thể hiểu và mã hóa tác nhân kích thích. Nếu tôi có thái độ (một thiên hướng trong việc đáp lại tác nhân kích thích) nghi ngờ đối với các nhà chính trị ("họ đều là kẻ nói láo"), thì vừa khi tôi trông thấy một nhà chính trị, tôi nghĩ ông là kẻ nói láo, bất chấp sự đáp ứng bên ngoài của tôi như thế nào. Các nhà tâm lý dùng nhiều thuật ngữ khác nhau để xác định tính chất hướng dẫn của thái độ: Lược đồ quy chiếu (Cantril H. và Sherif M.), tiêu chuẩn ý nghĩa (Campbell D.T.), diễn giải tác nhân kích thích thủ đắc (J. Dollard và N.E. Miller), khuôn mẫu (W. Lipmann), sẵn sàng đáp ứng (G.W. Allport), thiên hướng hành vi thủ đắc (D.T. Campbell). Vì thái độ chi phối nhận thức, cho nên nếu chúng ta chỉ thay đổi thái độ mà thôi thì không đủ để có thể đáp lại tác nhân kích thích cũ với một cung cách mới. Trái lại, chúng ta phải đánh giá lại tác nhân kích thích, nghĩa là thay đổi cái nhìn về tác nhân kích thích. Quả không đủ nếu chúng ta chỉ tuyên bố "lần sau tôi sẽ cố gắng cư xử tốt hơn," mà chúng ta phải tự hỏi tại sao chúng ta đã hành

động như thế. Thay đổi thái độ đối với các nhà chính trị không có nghĩa là thay đổi cách đáp ứng, mà thay đổi nhận thức của chúng ta về ý nghĩa của "nhà chính trị." Cung cấp thông tin mới mà thôi thì không đủ để thay đổi, nhưng điều quan trọng là thông tin mới có khả năng thúc đẩy chúng ta đánh giá lại cách chúng ta đáp lại tác nhân kích thích cũ.

4. Mặc dầu chúng ta đang dừng lại ở phạm vi định nghĩa, chúng ta hãy tìm hiểu vai trò đặc biệt của "thái độ" so với những khái niệm khác liên quan đến hành vi.

Thái độ khác với nhu cầu: Nhu cầu là xu hướng bẩm sinh, trong khi thái độ là một xu hướng thủ đắc nhờ kinh nghiệm. Vì thế, nhu cầu có tính phổ quát, còn thái độ có tính chất đặc trưng và cá biệt.

* Thói quen là một thái độ thường đưa đến hành động và luôn luôn được biểu lộ bằng một cách thức như nhau.

* Quan điểm chỉ là cấu tố nhận thức mà thôi, trong khi thái độ còn bao gồm cả cấu tố cảm tính và ý muốn. Chúng ta có thể thay đổi quan điểm dễ dàng, bằng cách thay đổi yếu tố nhận thức; còn thái độ thì chống lại việc thay đổi, vì cấu tố cảm tính không dễ bị thay đổi vì những sự kiện hay thông tin mới.

* Đặc điểm ám chỉ khả năng đáp lại tác nhân kích thích (những kiểu hành động thông thường), còn thái độ chỉ biểu lộ một xu hướng đáp lại tác nhân kích thích.

Tóm lại, Rokeach đã sử dụng kết luận của Katz và Stotland để xác nhận tính thiết thực của thái độ và phân biệt thái độ với những khái niệm khác: Thái độ thì linh động hơn thói quen và khó thấy hơn thói quen, hướng đến các đối tượng xã hội có đặc điểm nhân cách, ít tính chất toàn diện hơn hệ thống giá trị, có khả năng điều khiển hơn quan điểm, độc đáo hơn là toàn bộ các động cơ.

C. CHỨC NĂNG CỦA THÁI ĐỘ

Vì thái độ không trực tiếp đồng hóa với hành động, cho nên thái độ không chỉ có một lối diễn giải mà thôi (hành vi có ý nghĩa gì). Mọi thái độ đều có hai mặt: Phát biểu và không phát biểu, biểu lộ và không biểu lộ. Khi đối diện với một thái độ, trước hết chúng ta phải tìm hiểu lý do của thái độ đó. "Tại sao tôi tỏ thái độ ân cần tử tế? Tại sao tôi chống đối? Tại sao tôi giữ lập trường?...". Chúng ta có thể đưa ra những trả lời khác nhau, bởi vì thái độ có những chức năng khác nhau.

Chúng ta hãy xem các trường hợp sau đây:

- Thái độ sẵn sàng giúp đỡ tha nhân có thể biểu lộ đức tính hiền thân, nhưng cũng có thể là phương tiện để thỏa mãn nhu cầu phô trương.

- Đứng về phe đối lập có thể là vì yêu mến sự thật, nhưng cũng có thể là phương tiện để giải tỏa sự gây hấn và gây chú ý.

- Tôn trọng ý kiến người khác có thể biểu lộ sự cởi mở, nhưng cũng có thể phát xuất từ mặc cảm tự ty, không cho người ta bộc lộ bản thân một cách thoải mái.

Những động cơ thấp kém này thường là vô thức mà chúng ta không nhận ra.

- Người ta có thể chân thành hy sinh bản thân để phục vụ tha nhân mà không hề biết rằng anh ta chỉ dừng lại ở giai đoạn ấu trĩ nhằm thỏa mãn nhu cầu của mình. Khi lòng nhiệt thành ban đầu phai nhạt, sự quan tâm phục vụ cũng nhạt nhòa.

- Người ta có thể phụng sự chân lý mà không biết rằng mình đang ở trong giai đoạn phủ nhận. Anh ta chỉ cảm thấy có giá trị khi chống đối. Vì thế, nếu phải hy sinh bản thân, anh sẽ kháng cự.

- Người ta có thể nghĩ mình có tinh thần dân chủ, nhưng thật ra anh ta không đủ can đảm theo đuổi lý tưởng của mình và không có khả năng biện minh cho chọn lựa của mình.

Tuy vậy, trên thực tế thì các chức năng khác nhau cùng hiện diện trong một thái độ. Chúng ta hãy khảo sát riêng từng chức năng để hiểu rõ hơn. Có nhiều tác giả đã nghiên cứu về đề tài này: Smith, Bruner, Eysenk, Freedman. Chúng ta đặc biệt dựa vào cách phân loại của McGuire, Katz và Rokeach. Theo những tác giả này thì thái độ có 4 chức năng:

1. Chức Năng Vị Lợi:

Người ta giữ một thái độ khi thái độ đó có lợi cho mình. Mỗi lợi đó có thể trực tiếp hay gián tiếp, nhằm tìm kiếm phần thưởng (mỗi lợi) hay tránh sự trừng phạt (mỗi nguy).

Mỗi lợi đó liên kết với các nhu cầu của chủ thể, nhưng chủ thể không nhận thấy sự liên kết giữa mỗi lợi đó với nhu cầu của mình. Chức năng này cho thấy rằng chúng ta đều có khuynh hướng làm gia tăng phần thưởng và giảm thiểu sự trừng phạt của thế giới bên ngoài. Đưa trẻ tỏ thái độ tích cực với những đối tượng làm nó hài lòng và tỏ thái độ tiêu cực với những đối tượng không làm cho nó vừa lòng. Tóm lại, chức năng vị lợi nhằm:

a. Giành lấy phần thưởng, hay

b. Tránh điều đáng ghét.

Ví dụ về trường hợp (a): Thái độ của một công nhân khi bỏ phiếu cho một đảng phái chính trị. Anh ta tỏ thái độ ủng hộ không phải vì anh ta tin vào ý thức hệ của đảng phái đó, nhưng chỉ vì anh ta hy vọng sẽ được tăng lương. Ví dụ về trường hợp (b): Một thành viên bày tỏ thái độ tuân phục các mệnh lệnh của nhóm hầu tránh hậu họa là bị loại ra khỏi nhóm.

2. Chức Năng Tự Vệ

Nếu chức năng vị lợi cho phép chúng ta thiết lập tương giao hài hòa với người khác, thì chức năng tự vệ cho phép chúng ta quan hệ hài hòa với mình. Thích ứng với người khác đã là việc khó; nhưng thích ứng với bản thân lại là việc hệ trọng hơn, nhất là khi chúng ta trải nghiệm những thúc bách mà chúng ta không thể chấp nhận được. Trong khi chức năng vị lợi giúp chúng ta tránh khỏi bị xã hội trừng phạt, thì chức năng tự vệ giúp chúng ta thoát khỏi những mối đe dọa từ bên trong: Chúng ta tỏ thái độ với mục đích giữ lòng tự trọng, bảo vệ lòng tự trọng khỏi những đe dọa mà chúng ta nhận thấy một cách ý thức hoặc vô thức. Thái độ tự vệ cản trở chúng ta nhận biết sự thật của mình. Ở đây, nhu cầu cơ bản là bảo vệ hình ảnh của mình bằng mọi giá. Vì lý do đó, mọi cơ chế tự vệ của chúng ta sẽ đi vào hoạt động. Chúng ta sẽ tìm hiểu cơ chế tự vệ sau.

Thái độ tự vệ thì khác với thái độ vị lợi về mục tiêu lẫn cách hoạt động. Mục tiêu của thái độ vị lợi có tính chất xã hội: Đó là bảo vệ chúng ta khỏi những kẻ nắm giữ quyền lực. Mục tiêu của thái độ tự vệ có tính chất nội tâm hơn. Con người có khuynh hướng che đậy bản thân. Vì thế, thái độ tự vệ biến thành những thúc bách nội tâm mà chúng ta không thể chấp nhận. Khi những thúc bách phát xuất do các xung đột cảm xúc, chủ thể tìm chọn một đối tượng thuận lợi để giải nguy cho mình; nhưng nếu không có sẵn đối tượng, bấy giờ anh ta tìm cách tạo ra một đối tượng.

Đàng khác, thái độ vị lợi được hình thành dựa trên bản chất của đối tượng mà thái độ nhắm tới. Đối tượng đó không xuất hiện tình cờ hay do tưởng tượng, nhưng nối kết với phần thưởng hay trừng phạt. Một học sinh có thái độ vị lợi khi muốn đạt điểm cao (đối tượng của thái độ) bởi vì cậu muốn được nhận vào một đại học danh tiếng. Một học sinh có thái độ tự vệ khi cậu muốn đạt điểm cao để chứng tỏ mình có giá trị, điểm số chỉ là một phương tiện tình cờ.

Với chức năng tự vệ, người ta có xu hướng che đậy sự ấu trĩ mà người ta không muốn chấp nhận bằng những hành động hoàn toàn trái ngược. Đó là trường hợp người lệ thuộc cảm xúc, anh ta hăng say làm những việc hy sinh để che đậy nhu cầu muốn được yêu thương. Thật thế đó là cách thức để khỏi phải chấp nhận sự ấu trĩ cảm xúc của mình và là phương tiện có thể chấp nhận để thỏa mãn nhu cầu yêu thương. Nhược điểm của người có thái độ tự vệ không hệ tại hành vi bên ngoài, nhưng nằm ở chỗ anh ta không có khả năng chấp nhận sự thật của mình, và tìm kiếm bản thân một cách tinh vi, đó là động cơ thúc đẩy anh ta hành động. Với người thiếu tự tin, anh ta luôn tỏ thái độ chắc chắn để phủ nhận sự thiếu tự tin trong lòng, thậm chí đôi khi đi đến chỗ ngoan cố ấu trĩ. Thái độ tự vệ luôn luôn

có vẻ giả tạo và cường điệu, nên về lâu về dài chẳng thuyết phục được ai.

3. Chức Năng Diễn Đạt Giá Trị

Ngoài chức năng vị lợi và tự vệ, thái độ còn cung cấp phương tiện để có một cuộc sống tốt hơn và diễn đạt những giá trị mà chúng ta tin là mục tiêu của đời sống. Ở đây chúng ta đứng trên một bình diện rất khác biệt với hai chức năng trên đây: Chức năng diễn đạt giá trị liên quan đến sự thật nội giới và sự thật ngoại giới, sự hài hòa giữa hành động và ý hướng. Hành vi trở thành một cách thức khẳng định và thể hiện những xác tín của anh trọn vẹn hơn. Với thái độ diễn đạt giá trị, chủ thể hành động vì tin, chứ không nhằm mục đích vị lợi hay tự vệ. Không phải mọi hành vi đều có chức năng tiêu cực là hạn chế căng thẳng. Con người cũng có thể tìm thấy sự mãn nguyện qua việc tỏ bày những thái độ phản ánh những giá trị thiết thân của mình. Trong trường hợp này, chúng ta cảm thấy hài lòng không phải vì được xã hội nhìn nhận, nhưng vì chúng ta đã củng cố được hình ảnh bản thân mà mình nhắm tới. Hơn nữa, sự hài lòng đó còn là một "lợi thế" cao hơn việc củng cố hình ảnh bản thân.

4. Chức Năng Hiểu Biết

Đó là khi chúng ta tỏ thái độ nhằm đạt được một sự hiểu biết toàn nhập về mình và thế giới (thường được đơn giản hoá). Mọi người đều cần một khung quy chiếu để hiểu thực tại. Do đó, thái độ hiểu biết, chủ yếu là thái độ của trí tuệ, là yếu tố cấu thành các phạm trù và những điều khái quát, nhờ đó chúng ta đơn giản hóa sự phức tạp của thế giới và đưa ra một mô hình (tức là những nét khái quát của nhận thức và hành vi) để đáp lại thực tại cách thích hợp. Thái độ hiểu biết giống như một nguyên lý thực nghiệm và bất thành văn. Nguyên lý này được xác lập dựa trên những điều chúng ta đã trực tiếp quan sát và do người khác nói cho chúng ta biết.

Mỗi khi chúng ta gặp điều gì, chúng ta không thể bắt đầu lại để phân tích từ ngọn nguồn; chúng ta cần một khung quy chiếu cho phép chúng ta sáp nhập ngay các dữ liệu. Chúng ta có khuynh hướng thiết lập một hệ thống quan điểm và khuôn mẫu văn hóa nhằm đối phó ngay với thực tại cách nhanh chóng. Học thuyết có vai trò như thế nào đối với nhà khoa học, thì nhận thức khái quát cũng có vai trò tương tự đối với người bình thường. Bởi thế, thái độ hiểu biết không đồng nghĩa với lòng khao khát muốn biết hết mọi chuyện, nhưng chỉ là một nhu cầu cơ bản muốn biết điều gì đang xảy ra.

Bốn chức năng trên đây không loại trừ nhau. Đúng hơn, một thái độ có thể thực hiện nhiều chức năng như đã mô tả trong những ví dụ trên đây. Bốn chức năng có thể chồng chéo với nhau; ít có hành động nào chỉ biểu lộ một khuynh hướng mà thôi. Nói chung, hành

động là kết quả của vô số động cơ cao thượng nhiều hay ít. Điều chắc chắn là một trong những chức năng đó lấn át những chức năng khác, bằng cách tạo ra một động cơ trỗi vượt, thúc đẩy chúng ta hành động và định hướng cho đời sống chúng ta dựa theo nhu cầu hay giá trị. Trong trường hợp thái độ mang theo chức năng vị lợi và tự vệ của cái tôi, nếu chúng ta không muốn đánh mất tính chân thật của hành động, chúng ta cần hai điều kiện: Một là hai chức năng đó không trỗi vượt hơn chức năng hiểu biết và diễn đạt giá trị, hai là chúng ta không cố ý vụ lợi hay tự vệ trong trường hợp đó, các chức năng vị lợi và tự vệ không phải là động cơ chính hay độc nhất đưa tới hành động, nhưng cùng lắm cũng chỉ là mối lợi thứ yếu mà chúng ta chẳng tìm kiếm cũng chẳng ao ước. Trong hoàn cảnh đó hành động của chúng ta vẫn chân thật, cho dù kém hiệu quả; nếu không thì hành động của chúng ta chỉ là cái vỏ che đậy một điều gì khác.

Nhận định cuối cùng là xu hướng kéo dài của thái độ. Mặc dầu chúng ta đã đề cập khi nói về cấu tạo cảm tính ở đây chúng tôi đặc biệt nhấn mạnh rằng thái độ tự vệ thường chống lại sự thay đổi. Thật thế, nếu thái độ được cơ chế tự vệ hỗ trợ, chúng thường che giấu các lý do thật sự của xung đột. Vì thế, chủ thể cảm thấy không cần phải thay đổi và không biết phải thay đổi gì hay thay đổi thế nào, mặc dầu anh ta cảm thấy bức bối. "Thái độ tự vệ của bản ngã đặc biệt chống lại sự thay đổi ngay cả khi sự quân bình mà chủ thể duy trì được nhờ thái độ tự vệ không giúp chủ thể thích nghi, mà chỉ gây khó chịu, thậm chí làm cho chủ thể đau khổ." Chúng ta biết rõ nguyên nhân sâu xa của xu hướng đó: Người ta có thái độ tự vệ là để bảo toàn một điều vô cùng quan trọng, đó là bản ngã. Đối với chủ thể, thay đổi thái độ là có nguy cơ mất lòng tự trọng và phải xây dựng lại lòng tự trọng dựa trên một nền móng mới. Nếu chúng ta quen hành động với thái độ tự vệ, chúng ta không cảm thấy lồi cuồn bởi sự thay đổi và tăng trưởng, và vì thế, chúng ta không có đủ động lực để thay đổi và chịu đựng khủng hoảng.

Thái độ vị lợi cũng chống lại sự thay đổi, nhất là khi thái độ vị lợi cũng đáp ứng nhu cầu tự trọng (ví dụ qua sự lệ thuộc cảm xúc). Thay vì thay đổi, chủ thể lại muốn bám vào thái độ vị lợi, bằng cách tự động lặp đi lặp lại thái độ đó. Freud gọi đó là "áp lực lặp lại" nó là biểu hiện và quy luật hoạt động, thậm chí còn là biểu hiện và quy luật của bản năng hủy diệt. Điều đó muốn nói khi chúng ta kháng cự sự thay đổi, đời sống tinh thần dần dần trở nên trì trệ và những hành động mang lại thỏa mãn ngày càng được lặp đi lặp lại cách tự động hơn.

Khuynh hướng bảo thủ nhằm bảo vệ hình ảnh bản thân mạnh đến nỗi, trong trường hợp giá trị mâu thuẫn với thái độ, chủ thể có xu hướng thay đổi các giá trị. Chúng ta sẽ bàn luận vấn đề này sau.

D. SỰ HÌNH THÀNH CÁC THÁI ĐỘ

Theo McGuire thì thái độ được cấu thành bởi nhiều nhân tố: nhân tố thể lý (các thái độ liên quan đến tuổi tác, sự mạnh khỏe hay bệnh tật), nhân tố xã hội (tác động của những người xung quanh, những hình thức giao tiếp bằng lời và không lời, quảng cáo, văn hóa nhóm, thể chế, v.v...), kinh nghiệm trực tiếp của chủ thể (cách nhận thức thực tại, ký ức cảm xúc, hy vọng về tương lai, các chấn thương, các giai đoạn quan trọng trong sự phát triển...). Tất cả những nhân tố đó đều đóng một vai trò đáng kể. Dầu sao, chúng ta có thể thu gọn những nhân tố trên đây vào nhân tố cuối cùng - kinh nghiệm trực tiếp của chủ thể -, bởi vì nhân tố này bao gồm ba nhân tố kia và ba nhân tố kia thường không thể tự động định đoạt sự hình thành của thái độ, nhưng chắc chắn phải đi qua hệ thống sàng lọc phức tạp và duy nhất của từng người.

Đọc lại chương về bản về ước muốn lý tính, ước muốn cảm tính và ký ức cảm xúc, chúng ta có thể hiểu rõ hơn sự hình thành của thái độ.

Có những thái độ cảm xúc được hình thành trong những hoàn cảnh mà chủ thể không đủ khả năng đánh giá cách chín chắn, thậm chí được hình thành trong những giai đoạn phát triển mà chủ thể chưa có khả năng đánh giá chẳng hạn như giai đoạn thơ ấu. "Ngay cả trước khi học nói, thì hầu hết mọi trẻ thơ, kể cả những trẻ chậm phát triển, đều đã biết những hình thức sơ đẳng nhất định trong việc giao tiếp với cha mẹ hay với những người chăm sóc chúng. Các hình thức sơ đẳng này trở thành nền móng, tuy hoàn toàn chôn vùi trong quá khứ nhưng đã cố định, và nhiều điều khác được thêm vào và xây dựng trên đó". Nếu đúng như vậy thì chúng ta có thể nói cách tổng quát rằng, "các thái độ được hình thành dựa trên những cảm xúc phổ biến trong một thời điểm mà chúng ta không thể suy xét thích đáng về sự hình thành của chúng." Các thái độ bắt nguồn từ một quá khứ xa xôi như thế, cho nên chúng ta khó nắm bắt ý nghĩa và bản chất của một số thái độ hiện nay của chúng ta. Thật vậy, các thái độ không những được hình thành khi chúng ta chưa thể phân tích chín chắn, nhưng còn có những thái độ được hình thành sau những biến cố mà chủ thể muốn quên, trong khi thái độ cảm xúc liên quan đến những biến cố ấy lại chiếm ưu thế. Những biến cố ấy đã chìm vào vô thức, nhưng nếu chủ thể vẫn còn nhớ, thì những biến cố ấy chẳng còn có quan hệ gì với thái độ cảm xúc hiện nay, bởi vì mối quan hệ nhân quả giữa biến cố và thái độ cảm xúc đã chìm vào vô thức. Vì vậy quả hết sức nan giải nếu chúng ta muốn giải thích hay đánh giá lại thái độ.

Tóm lại, có một vô thức cảm xúc (emotional unconscious) chịu trách nhiệm chính về việc hình thành các thái độ cảm xúc hay cấu tạo cảm xúc của thái độ.

Ví dụ: Một người đã trải qua thời thơ ấu bất hạnh, chịu đói khổ cơ cực và nhiều thiếu thốn khác. Hậu quả là người ấy biểu lộ cảm xúc căm ghét người giàu có mà anh ta hấp thụ ít nhiều từ gia đình, bằng cách quyết định trả thù, hay căm ghét thân phận nghèo đói của mình qua vô số giấc mơ về sự giàu sang mà mình không thể chiếm được (thái độ cảm xúc nguyên thủy). Về sau, anh ta có thể bị thúc bách biểu lộ những thái độ và hành vi khác như sau: Gây hấn với người giàu, như thể đó là một sự xác nhận trong vô thức về quá khứ nghèo đói của mình, và hoàn toàn đứng về phía người nghèo. Hay ngược lại, anh ta cảm thấy bị thu hút hết sức bởi người giàu, thậm chí mong sẽ trở nên giàu có, ít nữa là được người giàu đón nhận, thậm chí anh ta coi thường người nghèo, bởi vì người nghèo không có giá trị.

Trong cả hai trường hợp, cảm xúc thời thơ ấu rõ ràng vẫn còn ảnh hưởng và làm cho sự khao khát hay căm ghét trong quá khứ trở nên hiện thực. Đó có thể là cảm xúc tiêu cực đối với người giàu - người giàu "xấu xa" - khiến anh ta căm ghét người giàu và muốn hạ nhục họ. Hay cũng có thể là cảm xúc tích cực - người giàu "may mắn" - thôi thúc anh lý tưởng hóa và sùng bái họ bằng mọi cách. Thậm chí anh ta có thể tấn công và huyền thoại hóa người giàu/ người nghèo suốt cả đời, mà kỳ thực thì anh ta không biết tại sao mình làm như thế và cũng thể không đưa ra những động cơ hợp lý hay cao thượng tương ứng với việc làm của mình. Trên thực tế, anh ta bị thúc đẩy bởi cảm xúc "không thể nào quên" trong thời thơ ấu và căm rứt trong vô thức. Như vậy, quá khứ của chúng ta không hẳn là chuyện quá khứ, nhưng vẫn tồn tại và chi phối chúng ta nhờ thái độ cảm xúc. Quá khứ hiện diện trong hiện tại và cả tương lai. Chúng ta sẽ bàn về vấn đề này khi tìm hiểu mối tương quan giữa quá khứ và hiện tại (kết luận của phần II).

Khi tìm hiểu việc hình thành của thái độ, chúng ta còn thấy một cấu tố khác của thái độ - khía cạnh tri thức - cấu tố này rất khác biệt về nguồn gốc, nhưng không khác bao nhiêu trong thực hành.

Theo định nghĩa, thái độ tri thức được hình thành khi con người có khả năng sử dụng trí thông minh, tức là biết suy tư và phân tích, không còn dựa trên bản năng nữa, nhưng dựa trên phán đoán chín chắn và hữu lý. Giai đoạn này không thể là giai đoạn thời thơ ấu, nhưng là giai đoạn mà chủ thể có khả năng tập trung, phân tích và phê bình. Vì thế, chúng ta dễ nhận biết và mô tả lại những yếu tố làm phát sinh phán đoán, ý kiến và xác tín hơn các yếu tố đã làm phát sinh những thái độ cảm xúc. Như vậy, trên lý thuyết thì chúng ta có thể nhớ lại những tiền đề của những xác tín của mình, kể cả những tiền đề xa xôi trong quá khứ, hầu duyệt lại và trình bày lại nếu cần.

Tuy nhiên quá trình ấy không đơn giản như vậy, bởi vì quá trình hoạt động của trí tuệ không hề đơn giản. Quá trình đó cắm rễ trên một mảnh đất mà chúng ta không thể tiếp cận hay kiểm tra trực tiếp được. Khi bàn về cấp bậc lý tính - tinh thần, chúng ta đã từng thấy rằng chúng ta có thể sai lầm khi đi tìm sự thật, hoặc vì khó đạt tới chính sự thật, hoặc vì chủ quan mà cách chúng ta tiếp cận sự thật có thể bị hạn chế hay bị bóp méo vì các thiên hướng nội tâm không đúng, cho dẫu chúng ta không nhận ra điều đó (chẳng hạn thiên hướng ái kỷ tri thức, lẫn lộn giữa một phần sự thật và sự thật toàn diện, một linh đạo không cụ thể, v.v...). Vì những thiên hướng chủ quan đó, chúng ta có thể phán đoán hay đánh giá con người hay hoàn cảnh không đúng, thậm chí có thể sai lầm. Các thái độ tri thức của chúng ta được xây dựng trên chính những thiên hướng đó.

Đó là điều mà Lonergan muốn nhắc nhở chúng ta qua bản phân tích có tính khoa học và nghiêm túc của ông. Đối với ông, phương pháp nhận thức đúng là một tiến trình tự siêu việt có tính lũy tiến, dẫn chúng ta đến một thực nghiệm có tính phê bình và bao gồm những bước sau đây: Kinh nghiệm - hiểu biết - suy tư và phê bình - quyết định. Bình diện kinh nghiệm bao gồm những cảm quan và hình ảnh tưởng tượng ít nhiều hấp dẫn của đối tượng. Hiểu biết là trực giác thực tiễn nhằm đưa ra một cách hành động khả thi, chẳng hạn đưa ra giả thuyết về một công việc cụ thể. Tiếp đến là giai đoạn suy tư và phê bình, qua đó chủ thể khảo sát các khía cạnh tích cực và tiêu cực của giả thuyết, cân nhắc các chọn lựa và phán đoán về giá trị. Bước cuối cùng là quyết định, qua đó chủ thể biểu lộ sự ưng thuận hay từ chối hành động tùy theo sự phán đoán của mình: Nếu chủ thể ưng thuận, thì quyết định sẽ đi từ hiểu biết sang hành động, nhờ trung gian của suy tư cân nhắc. Nếu không theo dõi đầy đủ cách phân tích của Lonergan, chúng ta sẽ cảm thấy khó khăn, bởi vì lúc nào chúng ta cũng phải có óc thực tế và phê bình khi hành động. Tuy nhiên, những phân tích tâm lý của Kiely đặc biệt chỉ cho thấy khi chúng ta nhận thức và suy tư, chúng ta đưa ra một giả thuyết và phỏng đoán, suy nghĩ và phán đoán, chúng ta chẳng hề giống như một máy tính lạnh lùng, cứ theo đúng công thức có sẵn là đạt được kết quả không sai lầm. Một mặt, cảm xúc vô thức chi phối giai đoạn thứ nhất (kinh nghiệm); mặt khác, chúng ta cũng có thể sai lầm ngay trong mỗi giai đoạn khác, hay khi chúng ta bước sang giai đoạn kế tiếp vì thiếu nhất quán trong hành động hay vì phương pháp khiếm khuyết. Ví dụ, trong giai đoạn nhận thức, không phải lúc nào chủ thể cũng suy tư với óc phê bình để có thể vượt lên chính mình và hoàn cảnh. Nói cách khác, trực quan thực tiễn và tức thời (không ai biết mỗi ngày chúng ta thực hiện bao nhiêu lần) không phải lúc nào cũng đi qua quá trình phân tích, đối chiếu và phê bình. Đôi lúc chúng ta suy tư và phê bình chưa đủ, nếu không nói là hoàn toàn "bỏ qua" giai đoạn này để đi bước thẳng tới giai đoạn quyết định.

Vả lại, ngay trong mỗi giai đoạn, phương pháp cũng có thể khiếm khuyết. Ví dụ: Khi chúng ta phán đoán mà chỉ dựa trên những nguyên tắc quy ước, tức là quan điểm của đa số, kỳ vọng của dân chúng v.v..., và xem chúng là những nguyên tắc cơ bản mà chúng ta không cần phải đối chiếu và phê bình. Một phương pháp không đúng khác đưa đến những hậu quả nghiêm trọng: Đó là chỉ nghĩ đến phạm vi luân lý khi phán đoán. Nếu chúng ta thường xuyên sử dụng những phương pháp sai lầm này (hay bất hợp lý), chúng sẽ được tích lũy trong vô thức nhận thức (cognitive unconscious), lần hồi sẽ trở nên những cách suy luận thường xuyên của chúng ta. Bấy giờ mỗi khi chúng ta phán đoán về người khác và hoàn cảnh, hay biện phân các chọn lựa, chúng ta sẽ đi theo phương pháp đó mà không hề nhận thấy sự sai lầm đầu tiên. Chúng ta đi tới kết luận mà không biết mình đã đạt được bằng cách nào, bởi vì quá trình đi đến kết luận nằm trong vô thức nhận thức và đã trở trên một lối suy nghĩ thường xuyên và thuộc về cơ cấu vô thức.

Thái độ tri thức hay cấu tổ tri thức của thái độ có thể bị chi phối phần nào bởi vô thức nhận thức, trong đó có phương pháp nhận thức thường xuyên cùng với những sai lầm chức năng. Vô thức nhận thức - đi theo quy luật riêng của nó - nỗ lực chi phối ý thức và lối suy nghĩ của chúng ta hiện nay, đưa vào ý thức một cách suy luận không đúng, đồng thời bóp méo nhận thức và cách diễn giải về thực tại và sự thật. Nếu chúng ta nhận thức thực tại không đúng, bấy giờ chúng ta dễ xem những nội dung sai lầm (khuyh hướng ái kỷ tri thức, suy đoán trực tri, khuyh hướng duy linh mơ hồ...) là đúng sự thật. Tóm lại, sự thiếu sót đã đi từ hình thức đến nội dung. Cần nói thêm rằng sự khiếm khuyết đó hẳn không phải là do chỉ số IQ của con người, mà là do vô thức nhận thức. Người ta có thể rất thông minh mà vẫn lệch lạc khi nhận biết thực tại.

Thái độ tri thức cũng bị chi phối bởi nguyên tắc này: Quá khứ không bao giờ mất, thậm chí còn để lại dấu vết trong lối suy luận của chúng ta. Nói một cách tổng quát, quá khứ để lại dấu vết là trong cách chúng ta đương đầu với thực tại "trên bình diện lý trí.")

Tuy nhiên, người ta cho rằng các chiều kích cảm xúc và tri thức - với điều kiện chúng phải là cấu tổ của cùng một thái độ chi phối lẫn nhau, đồng thời các vô thức cảm xúc và vô thức nhận thức cũng ảnh hưởng lẫn nhau. Chúng ta hãy lấy lại ví dụ về người đói nghèo trong thời thơ ấu. Rõ ràng là biến cố đau thương thời thơ ấu (tích chứa trong vô thức cảm xúc nhờ ký ức cảm xúc) chi phối đáng kể trên giai đoạn đầu của tiến trình nhận thức (kinh nghiệm) khiến anh ta cảm thấy xúc động. Cảm xúc này chắc chắn chi phối (qua ký ức và nhận thức có chọn lọc) thái độ của anh ta khi anh ta trưởng thành và đối diện với thực tại, đồng thời cũng tác động trên quá trình hình thành những xác tín trong tương lai. Tuy nhiên, nếu anh ta cùng có hai thái độ đối nghịch, điều đó chứng tỏ rằng sự ảnh hưởng giữa hai thái

độ không phải là tác động một chiều, mà ở đây còn có mặt của cấu trúc tri thức. Để biện minh cho thái độ cảm xúc gây hấn hay thiện cảm đối với một loại người nhất định (trong ví dụ trên, đó là người giàu và người nghèo), anh ta cũng phải bóp méo cách nhận thức thông thường, nói cách khác, anh ta đã cắt xén các giai đoạn của tiến trình nhận thức. Anh ta thì chỉ cần trực giác thực tiễn là đủ để có thể phán đoán và hành động ngay. Phương pháp nhận thức có khiếm khuyết, ấy là vì anh ta thiếu suy tư hay bất cập trong suy tư và phê bình, đồng thời vì anh ta không có khả năng loại bỏ ký ức cảm xúc và tri thức phát xuất từ hoàn cảnh riêng của anh. Tất một lời, khiếm khuyết đó bắt nguồn từ việc anh ta thiếu khả năng vượt qua chính mình trên bình diện tri thức.

Sau cùng, việc hình thành thái độ liên kết với việc hình thành các cấu tố cảm xúc và cấu trúc tri thức. Việc liên kết ấy bắt đầu với sự lắng đọng tiệm tiến xuất hiện rất sớm trong cuộc đời, khi các chức năng nhận thức chưa hoạt động. Điều đó có nghĩa là anh ta đã có một vô thức cảm xúc, chịu trách nhiệm về việc hình thành thái độ và có khuynh hướng cố chấp. Đồng thời cũng như có một vô thức nhận thức, nó cũng chi phối việc hình thành các thái độ qua cách suy luận, đôi khi bị bóp méo và tất nhiên là chủ thể khó có thể kiểm soát được. Hai cấu tố đó rõ ràng liên kết với nhau và cùng nhau tạo nên một thiên hướng đặc trưng và riêng biệt của chủ thể khi đáp lại, cảm nhận và suy nghĩ về thực tại, mà không phải lúc nào chủ thể cũng có thể biết được nguyên nhân và mục đích.

E. CÁC GIÁ TRỊ

Bây giờ chúng ta đề cập thuộc tính thứ ba của nhân cách: Đó là các giá trị. Giá trị khác với nhu cầu, bởi vì giá trị thì không "thúc bách" nhưng "lôi cuốn" con người hành động.

1. Định Nghĩa:

Giá trị là lý tưởng bền vững và trừu tượng liên quan đến lối sống hiện nay cũng như mục tiêu cuối cùng của cuộc sống. Hiểu như thế thì lý tưởng bền vững khác với sự quan tâm đơn thuần. Nói rằng "tôi quan tâm đến anh," thì khác với lời đánh giá "anh có giá trị đối với tôi". Quan tâm thì nhất thời và ngẫu nhiên, nhất là ít chứa đựng ý nghĩa cảm xúc. Quan tâm giống với thái độ hơn theo nghĩa chúng biểu lộ một thái độ tán thành hay bất đồng với những đối tượng nhất định (nghệ thuật, tiền bạc, v.v...) hay những hoạt động nhất định (nghề nghiệp, thú vui, v.v...).

Lý tưởng trừu tượng cũng khác với quy tắc, bởi vì lý tưởng không trực tiếp truyền dạy phải "làm gì," nhưng là "sống như thế nào?". Lý tưởng không truyền dạy một hành vi, nhưng là một lối sống.

Qua định nghĩa trên, chúng ta có thể thấy hai loại giá trị: Giá trị tối hậu (terminal) liên quan đến cùng đích cuối cùng của cuộc đời mà con người muốn đạt đến; giá trị công cụ (instrumental) liên quan đến những cách thức hành động cần thiết, nếu chúng ta muốn đạt đến cùng đích cuối cùng. Đó là hai đòi hỏi mà chúng ta không thể từ chối (nỗi đau của khủng hoảng căn tính). Mỗi người phải quyết định về đời mình: Tôi muốn trở nên loại người nào? Làm thế nào để trở nên như thế? Tôi chọn những mục tiêu nào để thực hiện và chọn những tiêu chí nào để hành động? Mỗi người phải quyết định về ý nghĩa của sự sống và sự chết của mình; tất cả những câu hỏi đó muốn nói rằng chính cơ cấu đời sống tâm linh đòi hỏi chúng ta phải có các giá trị. Hai loại giá trị trên đây nằm trong một hệ thống các giá trị, trong đó giá trị tối hậu nằm (hay phải nằm) ở chóp đỉnh và giá trị công cụ thì lệ thuộc giá trị tối hậu. Giá trị tối hậu là giá trị tự thân, còn giá trị công cụ chỉ là phương tiện. Ví dụ, đức nghèo tự nó không có ý nghĩa gì trong đời sống Kitô hữu, nhưng là phương tiện để đạt được mục tiêu là bước theo Đức Kitô, điều này mới có ý nghĩa.

2. Các Cấu Tố

Giống như thái độ, giá trị cũng có các yếu tố nhận thức, cảm tính và ý muốn. Yếu tố nhận thức thì quá hiển nhiên: Để đối tượng trở nên một giá trị, trước hết chúng ta phải nhận biết đối tượng đó. Khi chúng ta có một giá trị chúng ta phải biết cách hành động đúng và biết rõ mục đích cuối cùng mà ta nhắm tới. Tuy nhiên, biết mà thôi thì chưa đủ; chúng ta cần có yếu tố cảm tính, bởi vì chúng ta phải cảm nghiệm giá trị như nguồn mạch của năng lực và tác nhân kích thích hoạt động. Đàng khác, chúng ta cần có yếu tố ý muốn để giá trị có thể trở nên nguồn năng lực: Giá trị không chỉ là đối tượng để chiêm ngưỡng, nhưng phải được cụ thể hóa bằng hành động. Điều quan trọng là chúng ta phải hiểu khía cạnh cảm tính của giá trị, đó là trọng tâm của mọi chương trình huấn luyện. Đó không phải là một tình cảm theo nghĩa thông thường như tính đa cảm chóng qua, nhưng theo nghĩa đầy đủ của thuật ngữ: Đó là sẵn sàng quy hướng mọi năng lực về mục tiêu mà chúng ta đặt làm trung tâm.

3. Giá Trị và Thái Độ

Trước hết chúng ta phân biệt giá trị và thái độ dựa trên tính chất tổng quát / đặc thù. Giá trị là xu hướng tổng quát chứa đựng nhiều tiềm năng để biến thành hành động, còn thái độ liên quan đến các hoạt động và các hình thức hoạt động đặc thù hơn. Vì thế, người trưởng thành có thể có nhiều thái độ, nhưng thường chỉ có một vài giá trị chính yếu.

Tương quan phương tiện / mục tiêu là một tiêu chuẩn khác để phân biệt giá trị và thái độ. Giá trị là mục tiêu cuối cùng của cuộc sống; thái độ là phương tiện để biến giá trị thành hành động. Xét về mục tiêu thúc đẩy hành động, giá trị có một ảnh hưởng mạnh mẽ hơn thái

độ.

4. Giá Trị và Nhu Cầu

Nhu cầu thì bẩm sinh, còn giá trị là hoa trái của một chọn lựa tự do và có trách nhiệm mà chúng ta tiếp thu hay khám phá được bằng cách này hay bằng cách khác. Ngoài ra, nhu cầu thúc đẩy chúng ta dựa trên cảm xúc mà đánh giá ngay, và việc đánh giá này gắn liền với việc thỏa mãn mà đối tượng mang lại cho chúng ta (ước muốn cảm tính); còn các giá trị là hoa quả của một sự tìm kiếm nhờ khả năng suy tư, phán đoán và trừu tượng hóa của chúng ta (ước muốn lý tính). Nhu cầu chỉ nhắm đến khía cạnh vụ lợi mà đối tượng mang lại ("cho tôi"); trái lại, giá trị giúp chúng ta nhận biết sự thật và giá trị nội tại của thực tại ("giá trị tự thân").

Như thế, các nhu cầu chuyển động trong phạm vi nội tại, còn giá trị chuyển động trong phạm vi siêu việt. Giá trị là một khái niệm siêu việt, bởi vì giá trị bắt rễ từ tính khách quan của hữu thể, chứ không dựa trên sự đánh giá chủ quan của cá nhân.

Tuy vậy, cũng có điểm chung giữa nhu cầu và giá trị và giữa những năng động tương ứng của hai năng lực cao quý này. Thật thế, ngay giá trị cũng có sức lôi kéo cảm xúc con người và những xác tín có thể được duy trì nhờ đam mê. Quả thật, chính tình cảm "làm cho ý thức chủ ý của chủ thể nhận thấy vấn đề và tầm quan trọng, năng lực và sức mạnh của mình". Qua thuật ngữ "ý thức chủ ý," chúng tôi muốn nói đến những phương tiện để khám phá các giá trị. Chính bà Arnold, qua lý thuyết về ký ức cảm xúc, chỉ cho thấy rằng "một giá trị trở thành đối tượng của cảm xúc, khi chủ thể xem giá trị đó là điều tốt cho mình tại nơi đây và lúc này". Sự liên kết giữa cảm xúc và giá trị cần được nghiên cứu sâu hơn. Tuy nhiên, đến đây chúng ta đã thấy rằng sự thống nhất và hội tụ của những cấu tố trong bộ máy tâm linh con người là điều chúng ta phải không ngừng tìm kiếm, chứ không phải là điều đương nhiên có sẵn.

5. Giá Trị và Quy Tắc

Vì chúng ta thường lẫn lộn hai thuật ngữ này và vội vàng đồng hóa hành vi luân lý với hành vi theo đuổi giá trị cho nên chúng ta cần làm sáng tỏ ít nhất ba điểm khác biệt giữa giá trị và quy tắc:

a. Trước hết, giá trị nói đến quan điểm về cuộc sống, còn quy tắc nói đến cách sống. Do đó, quy tắc chỉ là dụng cụ chứ không bao giờ cùng đích.

b. Giá trị thì siêu việt các tình huống cụ thể, còn quy tắc là quy định cụ thể trong khi hành động (hay không được hành động), trong một tình huống rõ ràng.

c. Giá trị có tính chất cá nhân và nội giới, hình thành bởi xác tín, còn quy tắc có tính ngoại giới và dựa trên sự đồng thuận. "Giá trị là những chuẩn mực của lòng khao khát và không phụ thuộc hoàn cảnh cụ thể. Các giá trị giống nhau và đồng nhất có thể là điểm quy chiếu cho nhiều quy tắc cụ thể; một quy tắc đặc thù có thể diễn tả những giá trị khác nhau cùng một lúc.... Xét như chuẩn mực để xác định điều đáng ao ước, các giá trị là nền tảng và thước đo trong việc chấp nhận hay loại bỏ những quy tắc đặc thù."

6. Các Loại Giá trị

Theo Frankl, có thể nêu ra ba hình thức diễn tả của giá trị, tương ứng với các chức năng. Theo ông, ba loại giá trị sau đây có thể làm cho cuộc sống có ý nghĩa:

a. Giá trị sáng tạo là những gì chúng ta đóng góp cho đời bằng cách phát huy những quà tặng và tài năng. Mỗi người đều có những phẩm chất riêng (làm việc tay chân, khả năng diễn cảm, trí thức...) và có khả năng biểu lộ những phẩm chất ấy qua việc mình làm, thậm chí qua những cử chỉ đơn sơ nhất, và qua nhân cách độc đáo và duy nhất của mình. Theo Frankl, tầm quan trọng của công việc không hệ tại kết quả hay ảnh hưởng đối với xã hội, mà ở chỗ chúng ta đã biểu lộ sự sáng tạo của mình. Chính khả năng sáng tạo mang lại giá trị cho cuộc sống, chứ chúng ta không buộc phải làm những chuyện vĩ đại thì cuộc sống mới có giá trị.

b. Giá trị thực nghiệm là những điều chúng ta nhận được từ cuộc sống, như khả năng trải nghiệm thực tại cách tích cực (ví dụ vẻ đẹp thiên nhiên, công trình nghệ thuật, một thời điểm đầy ý nghĩa nào đó...). Sự thiện và vẻ đẹp hiện diện trong cuộc sống mỗi người; khả năng thưởng thức sự thiện và vẻ đẹp mang lại cho đời sống giá trị thực nghiệm; khả năng đó làm cho đời sống chúng ta nên phong phú và giúp chúng ta hòa hợp với cuộc sống.

c. Giá trị thái độ ám chỉ thái độ tổng quát của chúng ta đối với cuộc sống, nhất là lập trường của chúng ta khi đứng trước một thực tại bất biến của cuộc sống (số phận). Nói cách khác, đó là khả năng mang lại ý nghĩa cho cuộc sống, chấp nhận cuộc sống "cách tự do," ngay cả những hoàn cảnh bi đát không thể tránh như bệnh tật, hay những hoàn cảnh hữu hạn (thể lý, tâm lý và luân lý) vốn là một phần trong cuộc sống con người. Frankl khẳng định rằng chúng ta không chịu trách nhiệm về mọi nhược điểm của mình, nhưng chịu trách nhiệm về thái độ của mình đối với những nhược điểm đó. Nói cách khác giá trị thái độ tương ứng với sự kiên trì chấp nhận ngay cả những điều mà chúng ta đã tự do chọn lựa và không thể lẩn tránh, chẳng hạn các hệ lụy của việc từ bỏ khi chúng ta chọn lựa một bậc sống nhất định.

Mọi người đều có thể nhận thấy sợi chỉ đỏ liên kết ba loại giá trị trên. Nếu chúng ta

càng nỗ lực siêu việt bản tính nhân loại của mình, từ bình diện sáng tạo qua bình diện thực nghiệm và đến bình diện thái độ, thì chúng ta càng có điều kiện để mang lại ý nghĩa cho bản tính nhân loại và sống viên mãn. Bằng cách đó, chúng ta có thể tìm thấy ý nghĩa của cuộc sống; ý nghĩa này siêu vượt những hoạt động đơn thuần như làm việc, quan sát, sinh sống, và cho thấy cấp bậc các giá trị không còn mang tính chất nội tại đơn thuần nữa. Như chúng ta đã thấy, khái niệm giá trị chuyển động trong quá trình siêu việt liên tục.

7. Các Chức Năng của Giá Trị

Giá trị có công dụng gì? Tại sao chúng ta theo đuổi các giá trị? Những gì chúng ta đã nói về 4 chức năng của thái độ cũng áp dụng cho giá trị. Chúng ta có thể theo đuổi một giá trị vì mục đích vị lợi hay để bảo vệ hình ảnh bản thân, bởi lẽ các giá trị tự bản chất thì đúng và có khả năng lý giải thực tại. Tuy vậy, các giá trị có hai chức năng đặc trưng.

Thứ nhất là cung cấp căn tính cho chủ thể. Trong chương sau, chúng ta sẽ thấy rằng cái tôi lý tưởng được cấu thành bởi những mục tiêu mà chúng ta muốn thực hiện trong cuộc sống, và suy cho cùng, cái tôi lý tưởng liên kết với những giá trị tự thân mà chúng ta khám phá được. Theo nghĩa đó, giá trị chính là nguồn mạch căn tính của mỗi người. Thật thế, giá trị hướng đời sống tới một sự tăng trưởng rõ ràng, giúp chúng ta lấy những quyết định quan trọng (nghề nghiệp, tương quan với tha nhân, lối sống, v.v...). Giá trị không chỉ ấn định chuẩn mực và mục tiêu của hành động, nhưng xác định cả đích điểm mà chúng ta muốn đến để gặp chính cái tôi mà mình khao khát. Có lý tưởng là để cho lý tưởng vạch nên những đường nét của dung mạo mình; bị lý tưởng thu hút tức là tận hiến cho dự phóng đó. Tóm lại, giá trị không đơn thuần là các nhân đức mà chúng ta thủ đắc, bắt chước một gương mẫu, hay thể hiện một vài tác phong đạo đức; như thế thì giá trị vẫn nằm ngoài cái tôi. Thậm chí giá trị cũng không phải những lý tưởng cao cả buộc chúng ta phải thực hiện những nỗ lực siêu phàm, nhưng không giúp chúng ta nhận diện bản thân. Hiểu như thế thì giá trị hầu như là một cơ quan bên ngoài hay một quyền bính tối cao. Trong trường hợp đó, chúng ta lại rơi vào những khái niệm lỗi thời như siêu ngã của Freud: Đó là sự can thiệp nghiêm khắc của cha mẹ hay quyền bính xã hội trên lương tâm chúng ta, cùng với những bó buộc và cấm đoán, thậm chí cưỡng bức chúng ta phải chu toàn nhiệm vụ vì đó là nhiệm vụ như quan điểm của Kant. Trái lại, giá trị là nhân đức mô hình hay lý tưởng đã trở nên thành phần của cái tôi thậm chí cho tôi một tên gọi, một căn tính tích cực. Do vậy, giá trị không chỉ là một phương tiện để bộc lộ rõ hơn những tiềm năng và tài năng của mình, vốn không cung cấp cho tôi điều gì thiết yếu để biết mình hơn hay để thể hiện bản thân theo chương trình đã vạch ra (hiểu theo nghĩa ái kỷ hay theo nghĩa hạn hẹp). Trái lại, giá trị mang lại cho chúng ta một điều thật sự mới, mà chính chúng ta cũng không biết, nhưng nhờ đó mà chúng ta nhận

ra mình. Khám phá một giá trị thì cũng giống như việc khám phá bản thân và ơn gọi của mình. Thật vậy, giá trị "khơi gọi" sự thật của tôi và thúc đẩy tôi thể hiện mình trọn vẹn. Nếu giá trị có chức năng cung cấp căn tính cho chúng ta và giúp chúng ta sống viên mãn, bây giờ chúng ta có thể hiểu tại sao giá trị có một sức thúc đẩy lớn hơn thái độ như đã trình bày trên đây.

Chức năng thứ hai của giá trị là làm nhân tố thúc đẩy toàn thể đời sống tâm linh. Bởi lẽ nếu giá trị tự thân gắn kết với hình ảnh mới và đúng hơn của cái tôi thì giá trị kích thích lòng tự trọng phát triển và việc tìm kiếm căn tính tích cực tự nó là một tác nhân kích thích đưa tới hành động. Dĩ nhiên là chủ thể chỉ có thể thực hiện được điều đó, nếu chủ thể có khả năng tách dần ra khỏi hình ảnh cũ của mình, nhờ việc khám phá bản thân, sự lòi cuốn của lý tưởng, và sẵn sàng nhìn về phía trước.

V. Frankl sử dụng một hình ảnh sống động để diễn tả điều đó: ông so sánh giá trị với đám mây ban ngày hay cột lửa ban đêm luôn luôn hướng dẫn dân Do thái rảo bước trong sa mạc như điểm quy chiếu bất biến. Nhà sáng lập liệu pháp ý nghĩa (logotherapy) giải thích rằng giá trị phải luôn luôn đi trước và ở trên tương tự như đám mây và cột lửa ở phía trước và trên đầu dân Do thái: ở trên (không do chúng ta làm ra và cũng không bị chúng ta thao túng) và đi trước (để chỉ đường).

Chỉ khi nào hội đủ những điều kiện đó thì giá trị mới có thể hướng dẫn và lôi kéo chúng ta hơn những tác nhân kích thích hay sức mạnh khác.

Đến đây, sau khi khảo sát và so sánh các thuộc tính của cái tôi, chúng ta có thể trả lời cho câu hỏi đầu tiên mà chúng ta đã đặt ra trong chương 1: Bởi đâu con người bị thúc đẩy hay bị lôi kéo?

Con người được phú ban hai động lực thúc đẩy: Nhu cầu và giá trị. Nhu cầu và giá trị là hai nguồn năng lực tạo nên xu hướng hành động. Xét như là xu hướng, nhu cầu và giá trị đều cần "một con kênh" để biểu lộ và cụ thể hóa: Con kênh đó là thái độ giữ vai trò trung gian giữa nhu cầu và giá trị. Giờ thì chúng ta có thể hiểu rõ hơn tính chất lưỡng diện của thái độ. Khi thái độ phục vụ cho hai nguồn năng lực trên, thái độ có thể được thúc đẩy bởi năng lực này hay năng lực kia, bị năng lực này sử dụng để làm lu mờ năng lực kia. Như thế, thái độ tiếp nhận nhiều năng động quan trọng khác nhau. Nói một cách cụ thể, chúng ta có thể hành động cốt để thỏa mãn các nhu cầu (chức năng vị lợi hay tự vệ của thái độ), hay để nhắc nhở mình về các giá trị (chức năng biểu lộ giá trị hay chức năng hiểu biết), hay để toàn nhập các nhu cầu và giá trị. Vì tính chất lưỡng diện của thái độ, cho nên mọi chương trình huấn luyện không chỉ giúp ứng sinh xác lập các giá trị (tốt nhưng chưa đủ), mà còn phải biết

khám phá chức năng của những thái độ của mình. Chỉ như thế thì ứng sinh mới có thể biết mình và quyết định thay đổi để lớn lên.

Theo kế hoạch, chúng ta sẽ đi từ nội dung bản ngã đến cấu trúc bản ngã. Tuy nhiên, trước khi bàn về cấu trúc bản ngã trong chương 3, chúng ta cần khẳng định thêm rằng mối tương quan giữa chúng ta và các giá trị của mình là một đòi hỏi của đời sống tâm linh: Sống theo những giá trị nhất định không phải là điều mà chúng ta đem từ bên ngoài vào, nhưng là một khuynh hướng bẩm sinh của con người. (Trong tập sách này, đây là một khẳng định minh nhiên, nhưng trong những tác phẩm khác thì có thể mặc nhiên hay không chắc chắn).

F. ĐI TÌM CÁC GIÁ TRỊ

Chúng ta không thể sống nếu không có các giá trị, hay nói cách khác, đời sống chúng ta không thể trung lập. Thật vậy, trong thâm cung lương tâm hay trong màu nhiệm vô thức, mọi người đều có những lý tưởng, một triết lý sống hay một "tôn giáo" riêng cho mình. Nếu ai nghĩ rằng chẳng gì có ý nghĩa, thì anh ta được tự do "chơi theo luật chơi của mình" thậm chí đó chính là một ý thức hệ, là tiêu chuẩn hành động và "biểu tượng của sự bất tử" mà anh ta chọn (dù không nói ra). Vì lẽ đó, tâm lý học xem các giá trị (dù được gọi và diễn giải bằng những cách khác nhau: siêu ngã của Freud, nguyên mẫu của Jung hay ý chí tìm kiếm ý nghĩa của Frankl...) là một cấu tố tự nhiên và điểm quy chiếu cơ bản của đời sống tâm linh. Tâm lý học còn đi đến chỗ tuyên bố rằng "những hành động của chúng ta, trong tư cách là những người trưởng thành, tác giả của những quyết định và là con người, được nối kết với nhau nhờ các giá trị làm trung gian" và "mọi quyết định đều bao hàm một sự phán đoán mặc nhiên về các giá trị". Bất kể các giá trị đó là gì đi nữa, thì đó cũng là những giá trị mà chúng ta tiếp thu qua môi trường văn hoá; tuy nhiên chúng ta cần đánh giá lại các giá trị, vì giá trị là một cấu tố thiết yếu của tinh thần con người.

Vấn đề này có lẽ không nằm trong phạm vi nghiên cứu của chúng ta và phạm vi tâm lý học, một ngành có tính chất phân tích - quy nạp hơn là liên kết - suy diễn. Tuy nhiên, mục đích của chúng tôi thì rất giới hạn: Chúng tôi chỉ muốn suy tư về sự tăng trưởng của con người trong việc vươn tới các giá trị và về vai trò của tâm lý học đối với giả thuyết về nguồn mạch của những giá trị khách quan (các nhà tâm lý học không có nhiệm vụ chứng minh hay định nghĩa nguồn mạch này, nhưng là các nhà đạo đức hay triết gia).

1. Khuynh Hướng và Tắt Yếu

Trong những thập niên qua, các công trình nghiên cứu thực nghiệm đã cho thấy rằng, trong quá trình tri giác nhận thức, khi chúng ta tình cờ tiếp nhận những tác nhân kích thích rời rạc, thì hệ thống thần kinh - tâm lý tức khắc sắp xếp lại thành một hệ thống hoàn chỉnh.

Nếu chúng ta nhìn thấy các điểm rải rác trên một tờ giấy, chúng ta cố sắp xếp lại thành hình ảnh hay hình nền. Nếu chúng ta trông thấy một đường chu vi hở, chúng ta tự động hiểu đó là một đường tròn khép kín. Đứng trước một sự kiện (một tiếng động lạ thường trong đêm, một biểu hiện khó diễn tả trên khuôn mặt, người khác, một tai nạn phi lý trên thế giới...), chúng ta cố giải thích bằng cách đặt những sự kiện ấy trong bối cảnh quen thuộc và có thể hiểu được. Nếu không thể làm như vậy, thì những sự kiện đó vẫn không thể lý giải khiến chúng ta cảm thấy căng thẳng và không hài lòng, cho đến khi chúng ta nhận thức đầy đủ hơn để hiểu những sự kiện đó, bằng cách đặt chúng trong một sơ đồ rộng lớn hơn để có thể diễn giải được. Vì chúng ta thường gán cho tác nhân kích thích một ý nghĩa, chúng ta cũng có một xu hướng như thế trong những gì liên quan đến cuộc sống con người. Chúng ta cần mang lại ý nghĩa cho cuộc sống. Nếu chúng ta tôn trọng đòi hỏi đó, chúng ta đã có được một sơ đồ thống nhất và có thể hiểu được khiến chúng ta cảm thấy mình có khả năng. Nếu không tôn trọng đòi hỏi đó, thì không những chúng ta bất mãn và khó chịu, nhưng còn cảm thấy dễ tổn thương và không có khả năng tự vệ. Trong chừng mực nào đó, có một ý nghĩa sai lầm trong cuộc sống thì vẫn tốt hơn là không có gì; ý nghĩa đó giúp chúng ta thấy an tâm hơn là sự ngu dốt. Tôn trọng đòi hỏi này là một cách trấn an sự xao xuyến hữu hiệu: Nó giải thoát chúng ta khỏi sự bức bối khi phải đối diện với cuộc sống và một thế giới không có cơ cấu trật tự.

Tương quan giữa con người và giá trị mang dấu vết của sự tất yếu và xu hướng tự nhiên: Chúng ta cần có giá trị và mở lòng ra với giá trị. Tự thâm tâm, chúng ta cảm thấy cần có các giá trị, vì chúng ta nhận thấy mình là hữu thể bất toàn. Sự bất toàn đó gắn liền với tính chất tương đối của con người như các nhà tâm lý đã mô tả và phân tích (ví dụ điều kiện sinh lý và môi sinh, sự tương đối của kiến thức, sự thiếu trưởng thành và bất nhất). Nhận biết sự hạn chế của mình hẳn không phải là chuyện dễ dàng hay đơn giản. Để có thể nhận biết sự giới hạn của mình, đôi khi chúng ta phải trả giá bằng những căng thẳng. Tuy nhiên, trong mọi trường hợp, ý thức về sự giới hạn luôn khơi dậy nơi con người nhu cầu tự nhiên là muốn nên hoàn hảo, một đòi hỏi tự nhiên để trở nên người hơn.

Cũng như triết học, khoa tâm lý học nhận thấy đòi hỏi này biểu hiện qua những khát vọng khác nhau. Những khát vọng đó được biểu lộ qua việc con người khao khát tìm kiếm sự vô hạn, hay muốn vượt lên những tình trạng bị điều kiện hoá. Tất cả chúng ta đều có những khát vọng như thế, cho dù cách thể hiện không làm chúng ta hài lòng và không hiệu quả. Trong mọi trường hợp, khát vọng muốn "được nhiều hơn" che đậy nhu cầu cần có các giá trị, mà các giá trị đó có lẽ đã bị hiểu lệch lạc, hay chỉ là một nhu cầu vô thức. Các nhà tâm lý học biết rõ sự hiện diện của nhu cầu vô thức và các triết gia giải thích nhu cầu đó

như dấu hiệu con người muốn đối thoại với chính mình.

Tuy vậy, khoa tâm lý học còn có thể đi xa hơn: Không những tâm lý học có thể xác định được khát vọng đó, mà còn có thể nhận ra gốc rễ của nhu cầu hiểu biết, vốn là một khát vọng bẩm sinh nơi mọi người, và tự bản chất có xu hướng thắng vượt thế giới của nội tại tính và cảm giác. Nếu khuynh hướng tự siêu việt của con người bắt đầu với việc khao khát hiểu biết, thì chúng ta có thể thấy nhu cầu đó là một thiên hướng tự siêu việt của con người.

Khẳng định về thiên hướng tự siêu việt không phải là một chọn lựa quan điểm, cũng không chỉ là một sự thật luận lý hay lý thuyết, mà là kết luận của những công trình nghiên cứu tâm lý theo nhiều xu hướng khác nhau. Đó cũng là xác tín của Conn khi ông bàn về bản chất hữu thể của giá trị. Ông nhận xét rằng việc phân tích tâm lý về sự phát triển con người dưới những khía cạnh khác nhau như tính dục - tình cảm (Erickson), tri thức (Piaget) - luân lý (Kohlberg) cùng đi tới một kết luận: Con người phát triển theo khuynh hướng tiệm tiến để tự siêu việt. Các viễn cảnh của họ bổ túc cho nhau và không chỉ xác định tính chất cụ thể của lương tâm luân lý hay sự phát triển của lương tâm, mà còn sử dụng tiêu chuẩn tự siêu việt để minh họa cho khái niệm phát triển đầy đủ và đích thật. Quy tắc tự siêu việt - mà Lonergan, dưới quan điểm triết học, xem là tiêu chuẩn của nhận thức đích thật - cũng được các nhà tâm lý xem như điều kiện để bước từ giai đoạn này qua giai đoạn khác trong quá trình phát triển tính dục - tình cảm, trí năng và luân lý, và là tiêu chuẩn cuối cùng của sự trưởng thành viên mãn của các giai đoạn phát triển nói trên.

Quả vậy, qua những phân tích trên đây, chúng ta nhận thấy để có thể vượt qua giai đoạn thứ nhất, bước đầu tiên là chúng ta phải tách ra khỏi cái tôi cách tiệm tiến: Đó là điều kiện cần thiết để tiếp nhận những yếu tố mới của các giai đoạn trưởng thành khác, đó là sự thân mật, truyền sinh và toàn nhập bản ngã (phát triển tính dục-tình cảm); để loại bỏ lối suy nghĩ cụ thể và tiến tới lối tư duy đích thật (phát triển tri thức), và để có một lương tâm được hình thành dựa trên những nguyên tắc luân lý phổ quát (phát triển luân lý).

Sự nhất trí này rất có ý nghĩa, bởi vì đó là kết quả của những phương pháp nghiên cứu khác nhau. Về nội dung thì có phương pháp của Erickson, về cấu trúc thì có phương pháp của Piaget và Kohlberg và các trường phái khác như phân tâm học (Erickson), tâm lý tiến hóa di truyền thực nghiệm ứng dụng vào việc nghiên cứu trí năng (Piaget) và lương tâm luân lý (Kohlberg).

Ba bản phân tích trên cũng cho phép chúng ta mô tả bản chất của xu hướng siêu việt. Thật thế, nếu khảo sát một cách tỉ mỉ, chúng ta sẽ nhận ra ba cấp bậc tiệm tiến của quá

trình tự siêu việt, giống như ba cách thức khác biệt và bổ túc cho nhau trong việc vượt lên chính mình.

Cấp bậc thứ nhất đã được Piaget mô tả. Sự siêu việt này bắt nguồn từ bên trong con người, liên quan đặc biệt đến những khả năng của trí tuệ, cho con người có thể đi từ sự hiểu biết dựa trên giác quan đến một lối tư duy đúng nghĩa (formal thinking). Nhờ đó, các tri giác nhận thức rời rạc của chủ thể được biến thành một hệ thống mạch lạc gồm những tương quan bất biến với đối tượng (luật lệ) chủ thể tương đối hóa quan điểm của mình, mở ra với những viễn cảnh khác rộng lớn hơn và chú ý hơn đến cái khả thể, chứ không chỉ là điều cụ thể. Đây là sự siêu việt nội tâm.

Cấp bậc thứ hai có thể tìm thấy nơi bản phân tích của Erickson. Ở đây, chuyển động siêu việt dần dần đưa chủ thể đến chỗ phá vỡ ranh giới của tính chủ quan, và quan tâm hơn đến những tương quan trong đời sống xã hội của mình. Với chuyển động siêu việt này, chúng ta có thể đi từ sự quan tâm về mình đến việc chú ý đến tha nhân, đi từ lo sợ vì tự ti đến lẽ khôn ngoan của sự toàn nhập. Đó là sự siêu việt liên vị, và sự siêu việt này giả thiết là đã có sự siêu việt nội tâm.

Cấp bậc thứ ba có thể được suy diễn từ thuyết phát triển luân lý của Kohlberg. Piaget cũng đã nghiên cứu trong lãnh vực luân lý, nhưng có lẽ Kohlberg đã nhận ra một vài cấu tố và thiết lập một vài giả thuyết khiến chúng ta nghĩ đến một sự phát triển sau này của khái niệm siêu việt. Ở đây, chúng ta sẽ nói đến giai đoạn cuối cùng (VI), và nhất là giai đoạn VII mà chỉ Kohlberg mô tả trong các tác phẩm gần đây của ông. Đó là giai đoạn mà con người đặt ra những câu hỏi, hay buộc phải đặt ra những câu hỏi cơ bản: "Tại sao phải sống đạo đức? Tại sao phải thực thi công bằng trong một thế giới đầy dẫy bất công?" Những câu hỏi như thế đòi chúng ta phải có một khả năng siêu việt mới, bên cạnh hai cấp bậc siêu nét nói trên. Những cấp bậc đó cũng liên hệ mật thiết với một cách đọc thực tại nhất định, dù có thể nhìn thấy một cách trực tiếp hay không. Các cấp bậc siêu việt đó thường sắp xếp các dữ liệu theo một tổng thể luận lý và mạch lạc. Ở đây, dường như Kohlberg muốn nói rằng các dữ liệu về thực tại thì mâu thuẫn và khó có thể suy diễn thành quy luật (cấp 1, Piaget), thậm chí còn là một thực tại thù địch không cho phép chúng ta có được một kinh nghiệm cơ bản về sự tin tưởng. Như thế, người ta khó tìm thấy lý do để biện minh và biến sự cởi mở thành hiện thực (cấp bậc 2, Erickson). Vì vậy, câu trả lời cuối cùng cho hai vấn đề trên đây hình như phải (hay có thể) đi xa hơn hai cấp bậc trên đây và dựa vào tiềm năng tự siêu việt ẩn giấu nơi con người. Đó là khả năng của con người trong việc cởi mở trọn vẹn hơn với sự sống, khả năng trừu tượng hóa và tham chiếu một thực tại không thể trông thấy trực tiếp và vượt trên những mâu thuẫn này.

Kohlberg chỉ ra vấn đề, nhưng không bày tỏ quan điểm của mình. Những câu hỏi mà ông nghĩ là con người phải đặt ra và giai đoạn VII mà ông đã sáng chế, cho chúng ta thoáng thấy sự sẵn sàng hoạt động và ý hướng rõ ràng của con người. Chẳng phải vô nghĩa khi ông trưng dẫn Martin Luther King và Gandhi như hai gương mẫu của giai đoạn VI. Hai ông đã trả lời cho những câu hỏi trên một cách hiện sinh, chính xác và siêu việt. Sự siêu việt đó đã giúp các ông khắc phục tính chủ quan của mình và thực tại trước mắt, và cũng rút ra được ý nghĩa đích thật của cả tính chủ quan và thực tại. Chúng ta có thể gọi đó là sự siêu việt siêu nhân, thẳng đứng, phi thường hay siêu việt toàn diện. Dưới quan điểm tâm lý học thì tiềm năng đó được phú ban cho con người. Thật vậy nếu chúng ta liên kết những khẳng định minh nhiên của Frankl với các ám chỉ mặc nhiên của Kohlberg, như các nhà tâm lý học khác đã làm (từ Daim đến Nuttin, từ Allport đến Matte Blanco), thì chúng ta thấy loại siêu việt thứ ba dường như còn được xác định một cách rõ ràng hơn, và được xem là một khả năng tự nhiên mà ít ra con người có thể sử dụng.

Để kết thúc đoạn này, chúng ta có thể nói con người không chỉ khao khát ý nghĩa, nhưng còn có khả năng siêu việt theo những cấp bậc tiệm tiến khác nhau.

Như vậy, từ sự bất toàn của cơ cấu bản thể, các giá trị xuất hiện như nhu cầu của sự sống, thường chỉ nằm trong vô thức và thậm chí bị bóp méo. Nhờ thiên hướng tự siêu việt con người đương nhiên cởi mở với thực tại siêu việt của giá trị.

2. Nguy Cơ Của Tính Chủ Quan

Sau khi con người nhận thấy có khả năng tự điều khiển để hướng tới các giá trị, hậu quả là con người có thể bị cám dỗ: Con người xem mình là người tạo ra các giá trị hay là vị thẩm phán tuyệt đối, chỉ dựa vào chuẩn mực riêng của mình hay dựa vào chuẩn mực đó một cách quá đáng để xác định và phân định các giá trị. Con người tự cơ bản thì tự do, bất chấp ảnh hưởng của nhiều yếu tố chung quanh và con người thực thi tự do của mình khi đi tìm ý nghĩa cuộc sống và chịu trách nhiệm về cuộc đời của mình. Tuy nhiên có những tự do mà một người thông minh và có óc thực tế không thể xem là nguyên tắc: Anh ta không được tự do đồng hóa khả năng hiểu biết của mình (chỉ đưa ra giả thuyết) với việc biết sự thật (chỉ đạt được sau khi đã được kiểm chứng nhờ phán đoán). Anh ta không được tự do nhầm lẫn giữa khát vọng cao thượng của mình với sự thật. Anh ta không được tự do làm ngơ trước những sự bất nhất giữa khái niệm bản thân và tư cách đạo đức của mình, giữa khái niệm bản thân và những phê phán của người khác, giữa khái niệm bản thân và các lý tưởng của mình. Anh ta không thể ngẫm nhiên xem nhóm mình là hoàn thiện, hay cho rằng chỉ cần có lương tri là đủ để giải quyết mọi chuyện. Anh ta không thể tránh né việc tự vấn để

xem các giá trị của mình có xác thực không hay tiêu chuẩn đạo đức của mình có thỏa đáng không. Anh ta phải sẵn sàng tìm hiểu những vấn đề chung cuộc bất chấp cái giá phải trả hay khó khăn phải chịu. Dưới quan điểm tâm lý học, ít nhất chúng ta cũng có thể giải thích một vài khẳng định liên quan đến những khía cạnh khác nhau của sự phát triển và trưởng thành của con người.

Liên quan đến sự phát triển nhận thức, chúng ta đã biết con người thường bị cám dỗ hoạt động tại hai cấp bậc đầu của đời sống tâm linh, nơi đó các năng động sinh lý và xã hội không cho phép chúng ta tiếp cận đầy đủ với toàn thể thực tại. Không chỉ có thế, ngay tại cấp bậc III, vì một lý do nào đó mà chúng ta không luôn luôn tiếp xúc với sự thật. Do đó, ước muốn cảm tính, vô thức nhận thức và vô thức cảm xúc là những khía cạnh của cùng một thực tại, thực tại này có thể chi phối và bóp méo kinh nghiệm - sự hiểu biết - phán đoán của chúng ta. Về cơ bản, khẳng định sau đây của Lonergan cũng muốn nói lên điều đó: Thay đổi não trạng là chuyện rất khó, ý kiến đó có lẽ hơi bi quan, nhưng chúng ta phải thừa nhận rằng chúng ta không tự động trở thành một người biết phê bình, có óc thực tế, có khả năng suy tư khách quan và độc lập với bản thân, chăm chú, thông minh, biết lẽ phải và có tinh thần trách nhiệm. Vì thế, chúng ta phải nghi ngờ sự hợp pháp của tính chủ quan.

Dưới quan điểm phát triển đạo đức, vấn đề "tính chủ quan" cũng gặp không ít khó khăn. Kohlberg cho biết rất ít người thực sự đạt tới giai đoạn V (định hướng luật pháp: hướng tới khế ước xã hội), và giai đoạn VI thì càng ít hơn nữa (hướng tới nguyên tắc đạo đức phổ quát), tức là hai giai đoạn thể hiện mức độ đạo đức hậu quy ước và tự trị. Điều đó có nghĩa chỉ một thiểu số có khả năng vượt xa hơn sự phán đoán các giá trị để nắm bắt nguyên tắc nền tảng và đem ra thực hành một cách cụ thể (Kohlberg gọi là những anh hùng đạo đức). Do vậy, chúng ta nghi ngờ con người có khả năng làm thẩm phán tuyệt đối của mình hay không.

Nếu xem xét khả năng xác lập các giá trị, chúng ta cũng đi đến những kết luận tương tự. Có một mối quan hệ chặt chẽ giữa sự trưởng thành tâm lý và cách chúng ta hiểu các giá trị, hay sự nhạy cảm của chúng ta đối với các giá trị. Triết học cổ điển đã từng khẳng định điều đó qua châm ngôn của Aristote: "Mục đích của mỗi người tùy thuộc phẩm chất "của mình," và qua châm ngôn của thánh Toma: Ta sống làm sao thì cùng đích của ta cũng vậy. Khi một người trưởng thành tâm lý và trưởng thành về mọi mặt trong quá trình phát triển, anh ta cũng sẽ hiểu được các giá trị tối hậu và các giá trị công cụ cách chín chắn như một người trưởng thành. Trái lại, nếu anh ta chưa trưởng thành tâm lý - chí ít liên quan đến một vài khía cạnh của đời sống, thì sự thiếu trưởng thành đó, nhất là khi bắt nguồn trong tiềm thức, cũng sẽ phản ánh qua cách thức anh ta lãnh hội và đánh giá thậm chí có thể làm hoen

ố các nhận thức của anh ta về mục đích của đời sống mình, và cách thức thể hiện mục đích đó. Chúng ta đã khảo sát một vài khiếm khuyết tâm lý đó, và chúng ta sẽ tìm hiểu thêm những khiếm khuyết khác. Tuy nhiên, chúng ta có thể nói rằng những hạn chế như thế không phải là điều hoạ hiem hay ngoại lệ. Vì thế, chúng ta lại nghi ngờ khả năng phân định của con người: Có nên xem khả năng phân định là chuyện đương nhiên không?

Với ba bằng chứng trên đây, chúng ta buộc phải cảnh giác đối với nguy cơ quá chủ quan trong việc xác định các giá trị. Nguy cơ hiển nhiên đó tiềm ẩn trong thái độ bộc phát của những kẻ chỉ dựa vào "lương tri hoặc cảm nghĩ của mình, những kẻ xem việc chọn lựa các giá trị là chuyện riêng của mình, những kẻ hấp tấp xem quan điểm của mình là mẫu mực mà không cần phải xác minh có đúng hay không, và những kẻ nghĩ rằng mình biết hết mọi sự mà chẳng cần đến ai. Thay đổi não trạng cũng là kinh nghiệm về sự tự do và khiêm tốn, khi chúng ta nhận ra giới hạn của mình, đồng thời bộc lộ nhu cầu và thái độ sẵn sàng muốn được giúp đỡ. Mặt khác, vì chạy đua càng nhanh thì nguy hiểm cao, cho nên khi chúng ta sai lầm trong việc nhận diện giá trị, chúng ta sẽ chịu nhiều thiệt hại và những hậu quả tiêu cực trong đời sống, chúng ta sẽ xa lạ với chính mình và không còn khao khát hạnh phúc. Như vậy, nổi nhọc nhằn khi đi tìm các giá trị cách "thông minh" đáng cho chúng ta chịu đựng.

3. Tính Khách Quan Của Các Giá Trị

Một hệ quả quan trọng khác. Không phải bất cứ giá trị nào mà chúng ta khao khát cũng có thể thỏa mãn nhu cầu tự nhiên trong việc tìm kiếm ý nghĩa, nhưng chỉ các giá trị tôn trọng đặc tính riêng của việc tìm kiếm đó tức là xu hướng tiệm tiến nhắm đến việc siêu việt. Tâm lý học không có nhiệm vụ chỉ rõ và xác lập các giá trị nhưng có thể khẳng định là cần phải có các giá trị khách quan, bởi vì chỉ các giá trị đó mới thích hợp và thỏa mãn xu hướng tâm linh.

Nếu tôi quyết định yêu thương, tôi không thể tự mình xác minh tình yêu đích thật là gì và định nghĩa một cách tùy tiện. Tình yêu đích thật bao gồm những đặc tính khách quan mà tôi không sáng chế ra, nhưng đã được xác định trước cho dầu tôi có trách nhiệm biến nó thành của tôi, tức là tìm ra một cách thức yêu thương riêng cho tôi. Bởi đó, trong chừng mực mà tôi thích ứng với chuẩn mực đã được xác định, bấy giờ tôi mới có thể nhận ra mình yêu thương thật sự. Một người trưởng thành không chỉ là người có một cái tôi lý tưởng, nhưng có một cái tôi lý tưởng như nó phải là, dựa trên giá trị khách quan chứ không thuần thấy riêng tư và chủ quan. Do vậy, chúng ta không tạo ra các giá trị, nhưng tìm thấy các giá trị; nghĩa là chúng ta nhận ra các giá trị. Điều đó cũng giống như sự hiểu biết: Khi tôi biết

một vật thể là thật, tôi không làm cho nó hiện hữu, nhưng tôi nhận ra sự hiện hữu của nó, và sự hiện hữu của nó không hề phụ thuộc sự hiểu biết của tôi. Có một trật tự khách quan mà chúng ta buộc phải chấp nhận như một bảo đảm cho thành công. Chúng ta không thể thay đổi trật tự đó nếu không muốn chuốc lấy thất bại. Tính khách quan của giá trị bắt nguồn từ sự duy nhất của bản tính nhân loại. Không ai có thể nói rằng, để có được hạnh phúc, chúng ta phải nhanh chóng chiếm đoạt mọi sự, đi tìm những gì mình thích, và thuận theo ý kiến của đa số. Con đường đó không mang lại ý nghĩa. Trái lại, chúng ta chỉ có thể tìm thấy ý nghĩa nhờ các giá trị đối nghịch với những điều trên đây: Đó là biết cái giá phải trả, tìm kiếm những điều đáng giá, và can đảm sống chết với các lý tưởng của mình. Như thế, chúng ta chỉ có một con đường phù hợp với bản tính con người. Con đường này ở trong con người, nhưng không do con người tạo lập. Có một lời giải đáp khách quan cho việc tìm kiếm ý nghĩa, giống như vòng tròn phải là một đường khép kín. Cần có một trật tự khách quan vượt trên tính cách cá nhân (superpersonal). Trật tự đó có một thực tại bất biến, mà giá trị của nó thì siêu việt quan điểm của mỗi người.

Một chàng trai 25 tuổi không thể giải thích tại sao anh không thể quan hệ tính dục với cô bạn gái trọn vẹn được: Khi vừa "thâm nhập" thì không còn cương cứng được nữa. Anh ta cũng gặp rắc rối như thế khi quan hệ với những cô gái khác, mặc dù anh vẫn thèm khát quan hệ tính dục với người khác phái và không có lý do hữu cơ nào khiến anh ta rối loạn như thế. Ngay buổi tham vấn đầu tiên, anh ta nói "cô bạn gái" đó là người mà anh ta gặp trong phòng trà tuần trước, anh ta chẳng biết nghề nghiệp, sở thích và thói quen của cô ra sao. Anh ta chỉ biết số điện thoại của cô. Bên cạnh đó, anh ta còn nói rõ là không có ý định quan hệ nghiêm túc với cô, bởi vì anh ta không có ý định sống chung với cô và nói thêm rằng, "Nếu lấy vợ, chắc chắn tôi sẽ không cưới một phụ nữ đã ăn nằm với người đàn ông mà cô ta mới gặp lần đầu". Anh ta không biết lý do của sự bất hạnh đó.

Không ai bị ép buộc phải làm cho đời mình có ý nghĩa; mọi người tự do lưu lại trong sự ngu dốt. Tuy nhiên, khi chúng ta quyết định đáp ứng nhu cầu thống nhất đời sống, chúng ta phải thích ứng, tuân theo lẽ phải và tôn trọng những sự nối kết thiết yếu. Khi chúng ta tùy tiện và không tuân theo những điều trên đây, thì chính tay chúng ta tạo nên sự bất hạnh và chua cay đối với mọi người. Thật thế, khi chúng ta thay đổi trật tự khách quan, thì chắc chắn sẽ sinh ra xung đột vô thức khiến chúng ta không được thanh thản. Chàng trai bất lực là vì sự xung đột đó. Xung đột xuất hiện khi có sự va chạm giữa hai xu hướng đối nghịch: Xu hướng thứ nhất là nhu cầu tôn trọng những đòi hỏi của tình yêu chân thành và xu hướng thứ hai là muốn đi tắt, thậm chí đi ngược lại những quy định của cuộc sống, viện cớ là để đạt được mục tiêu.

4. Tự Do Liên Quan Đến Giá Trị

Các giá trị được giới thiệu với con người như những mệnh lệnh, nhưng không có tính cưỡng bức. Các giá trị cần được thể hiện, nhưng vẫn để cho con người tự do thực hiện hay không thực hiện. Như vậy, các giá trị thi hành một loại chức năng bó buộc, nhưng sự bó buộc này vẫn để con người tự do. Sự đòi hỏi là nhu cầu bẩm sinh nơi con người, nhưng không cưỡng bức ai phải đáp ứng. Có thể nói con người phải sống theo các giá trị, nhưng cũng nên biết rằng các giá trị là những khát vọng không có tính cưỡng bức, áp đặt hay bó buộc. Khát vọng hiện diện trong con người, nhưng con người có tự do quyết định thực hiện khát vọng đó hay không. Đó là lý do khiến cho cách vận hành của giá trị khác với nhu cầu.

"Con người phải làm điều thiện, nếu họ muốn sống hạnh phúc", "Con người phải ăn, nếu họ muốn mạnh khỏe". Hai kiểu nói này hoàn toàn khác nhau:

a. Ăn là một nhu cầu thúc bách từ bên trong (chúng ta thường cảm nhận là từ bên dưới). Giá trị là một ước vọng từ bên ngoài lôi cuốn chúng ta (chúng ta thường cảm nhận là từ bên trên). Chúng ta bị thôi thúc vì đói, nhưng bị lôi cuốn hướng về sự thiện. Sự khác biệt giữa hai động từ "bị thôi thúc" và "bị lôi cuốn" là sự khác biệt giữa súc vật và con người.

b. Cơn đói buộc chúng ta sớm muộn gì cũng phải đáp ứng, còn khát vọng để cho chúng ta tự do thực hiện sự đáp ứng đó hay không: Khát vọng luôn luôn bao hàm việc lấy quyết định.

c. Thỏa mãn cơn đói có nghĩa là đáp ứng một tình huống trong quá khứ hay hiện tại: Nhờ thức ăn, chúng ta chấm dứt sự đói khát trong quá khứ hay sự cồn cào hiện nay trong dạ dày. Đáp lại giá trị là một định hướng nhắm đến tương lai: Hướng tới điều sẽ xảy ra, nhưng chưa thực hiện được.

d. Nhờ thức ăn, chúng ta tái lập sự quân bình bên trong cơ thể đã bị rối loạn, và sau khi ăn, chúng ta đi vào tình trạng thư thái và thanh thản. Còn khi chúng ta quyết tâm sống theo các giá trị, chúng ta phá vỡ sự quân bình hiện tại và đi vào một tình trạng căng thẳng và thay đổi.

Tìm kiếm các giá trị nằm trong phạm trù "nếu anh muốn," chứ không phải phạm trù "anh phải". Con người có thể làm điều thiện, nhưng không bị cưỡng bức phải làm điều thiện. Trong con người có nỗi khao khát giá trị như một triển vọng và khả năng, chứ không phải là một sự tất yếu. Chúng ta hãy loại trừ những kiểu nói "tôi phải tốt", "tôi phải yêu thương" "tôi phải làm" và thay vào bằng kiểu nói "tôi có thể"... Mặc dầu chúng ta sống giữa những đòi hỏi luân lý, chúng ta vẫn tự do sống đạo đức hay không. Mỗi người trong chúng ta đều tìm

thấy nơi mình những khát vọng hướng về vẻ đẹp và sự thiện, nhưng chúng ta vẫn tự do làm chủ số phận của mình. Luật lương tâm không thi hành bất cứ biện pháp cưỡng chế nào từ bên ngoài. Bản tính con người thường chống lại sự tuân thủ bắt buộc dĩ mà mình không muốn, nhưng đòi phải có một hành động và một ý hướng xuất phát từ con tim.

5. Vai Trò Của Tâm Lý Học

Đến đây, chúng ta cần xác định vai trò của tâm lý học trong việc tìm kiếm các giá trị. Nói chung, nhận thức luận là vấn đề rất quan trọng, bởi vì khoa nhận thức luận xác định thẩm quyền của các khoa học và nhất trí sử dụng những phương pháp riêng của mỗi ngành khoa học để giúp con người nhận thức thực tại rõ ràng hơn. Đây là vấn đề rất tế nhị đối với tâm lý học, bởi vì nó liên hệ đến một ngành khoa học còn non trẻ và chưa định rõ ranh giới. Những gì chúng tôi sẽ trình bày là một cố gắng sắp xếp các thuật ngữ của vấn đề phức tạp này theo một trật tự nào đó hơn là tìm cách giải thích chúng.

a. Giới Hạn Của Một Khoa Học Mô Tả

Chúng ta bắt đầu với khẳng định về tính chất hai chiều, gần như mâu thuẫn. Một mặt, tâm lý học là khoa học về con người và phải đối diện với những vấn đề của con người. Những vấn đề này, trực tiếp hay gián tiếp, đặt ra một dấu hỏi về các giá trị của con người. Mặt khác, khoa tâm lý học tự bản chất là một khoa học mô tả, thì không được trang bị những phương tiện cần thiết để đưa ra giải đáp thích đáng cho những vấn đề tối hậu. Về khoa tâm lý học và các nhà tâm lý học, chúng ta có thể áp dụng đoạn văn nói về sự căng thẳng giữa hai thế giới mà chúng ta đã khảo sát trên đây: Đó là sự căng thẳng giữa thế giới của khát vọng và thế giới của hữu hạn. Một đằng, các nhà tâm lý, một cách mặc nhiên hay minh nhiên, nhắm đến việc giải quyết những vấn đề của con người, tìm hiểu các giá trị hiện sinh, và có lý do chính đáng để biện minh cho tham vọng của mình. "Nhờ các công trình của mình, nhà tâm lý am hiểu cuộc sống và những nỗi xao xuyến của con người cách trực tiếp và sâu sắc". Do đó, khoa tâm lý học có một nền tảng thực nghiệm vững chắc hơn những triết gia đã được đào tạo kỹ lưỡng, và vì thế, họ đòi quyền xác định các giá trị của con người." Tuy nhiên, tâm lý học cũng phải khiêm tốn thừa nhận những hạn chế trong việc nghiên cứu tâm lý: Nếu nhà tâm lý học nhìn thấy vấn đề thật sự ẩn núp đằng sau mọi nỗi xao xuyến của con người, thì nhà tâm lý nên biết rằng mình không có thẩm quyền giải quyết vấn đề đó cách thích đáng. "Các giá trị không thuộc lãnh vực khoa học mô tả." Liên quan đến các giá trị chúng ta cần phải có thẩm quyền và những phương tiện của một ngành có tính quy phạm như triết học và thần học. Rõ ràng là không gì có thể ngăn cản con người, kể cả nhà tâm lý, chuyên cần học hỏi để hiểu rõ các giá trị của cuộc sống, miễn là nhà tâm lý

biết khi nào thì sự hiểu biết đó vượt ngoài sự phân tích tâm lý của mình. Thật ra, kiến thức tâm lý không thể thiếu, bởi lẽ các nhà khoa học nhân văn không thể có thái độ trung lập về phương diện triết lý-nhân học, và không thể lý giải thích đáng về thực tại được nghiên cứu. Trái lại, họ thường đưa ra một lối giải thích giản lược gây trở ngại cho mối quan hệ hữu ích và làm tổn hại vai trò của nhà tâm lý. Seve, một triết gia Mác-xít, đã chỉ trích thuyết duy thực nghiệm tâm lý, vì thuyết này xem khoa tâm lý học là một khoa học hoàn toàn độc lập với triết học. Ông nói: "Không một lãnh vực tri thức nào có thể đứng ngoài phạm trù tư duy. Việc lý giải và mở rộng tri thức vượt ngoài biên giới của mọi ngành khoa học chuyên biệt. Để có thể am hiểu sâu sắc và luận giải tri thức đúng đắn, chúng ta cần phải tiếp nhận những thành quả cốt yếu của triết học.

Nói một cách cụ thể, nhà tâm lý học trước hết phải làm sáng tỏ ý thức hệ ban đầu của mình, phải chọn lựa và đưa ra giải đáp cho những vấn đề căn bản nhất định. Điều quan trọng là sự chọn lựa đó phải minh nhiên và có ý thức, hầu ngăn ngừa những tác động vô thức khi họ khai triển những nguyên tắc tâm lý và các giai đoạn nghiên cứu: phân tích, diễn giải, áp dụng, nghiên cứu và kiểm tra. Bên cạnh đó, chúng ta còn thấy sự hiện diện của một ý thức hệ ngay từ lúc khởi đầu của tư duy tâm lý: Lịch sử cho chúng ta thấy rằng không thể có một khoa tâm lý mà không có những giả định trước. Chính Freud, "trước khi phát minh ra ngành phân tâm học, cũng đã gắn bó với một triết lý: Đó là thuyết duy thực nghiệm. Chính học thuyết này đã chi phối - điều khiển - ông trong việc hình thành lý thuyết đầu tiên của mình, đến mức ông cũng không thể ngờ là mình đang bàn đến lãnh vực siêu hình." Điều mà Freud không ngờ cũng chính là điều mà chúng ta muốn nhấn mạnh ở đây: Những tác phẩm phân tâm học của ông chịu ảnh hưởng của những công trình triết học mà nhiều lần ông đã bài bác và chống đối. Thậm chí ông đã bài bác và so sánh triết học với "bệnh hoang tưởng". Vấn đề là phải minh bạch trong việc chọn lựa ý thức hệ của mình; như thế sẽ tránh được khuynh hướng giản lược hóa và ảnh hưởng tinh vi của ý thức hệ trong quá trình hoạt động tâm lý liên tục mà nhà tâm lý không thể kiểm soát được. Chỉ khi nào khoa tâm lý học nhận ra những giới hạn của mình, bấy giờ mới có thể nghĩ là mình độc lập.

b. Chức Năng Của Khoa Học Phân Tích

Khoa tâm lý học còn có một yếu tố đặc thù khác: Tâm lý học không chỉ là một khoa học mô tả, nhưng còn là một khoa học phân tích. Nhờ yếu tố đó, chúng ta có thể xác định sự đóng góp của khoa tâm lý học khi con người chọn lựa nguồn mạch giá trị.

Trước hết, khoa tâm lý học có nhiệm vụ nhắc nhở cho con người về nhiệm vụ vô điều kiện là hướng về các giá trị. Các nhà tâm lý nhắc cho con người biết rằng họ không thể

hướng tới sự trưởng thành nếu không lưu ý đến những vấn đề này: Con người sẽ giống như một sinh vật què quặt không biết đi về đâu, dễ trở thành nạn nhân của môi trường, bị ép buộc phải sống dưới mức các khả năng của mình, không cảm nhận sự viên mãn và niềm vui. Con người cần có các giá trị. Khi nhắc nhở cho con người biết nhiệm vụ này, khoa tâm lý học cũng cho con người biết rằng đó là vấn đề hoàn toàn cá nhân chứ không thể giải quyết trong một nhóm được. Đó là một chọn lựa mà chúng ta chỉ có thể thực hiện bằng cách đối diện với mình, không để người khác chọn thay cho mình hay sao chép từ người bên cạnh. Chính trong việc chọn lựa giá trị hay nguồn mạch các giá trị mà con người biểu lộ bản thân, và thấy mình là một con người tự do và có trách nhiệm, được mời gọi để chọn lựa giữa ý nghĩa và vô nghĩa. Trong quyết định cơ bản và hoàn toàn cá nhân này, con người khám phá nhân phẩm của mình và giá trị của các hành động, đồng thời nhận thấy mình được phú ban một lương tâm luân lý. Có lẽ con người cũng nhận biết rằng, nếu đó là một quyết định hết sức hệ trọng và con người không thể bằng lòng với các nguồn mạch tạm thời hay những giải đáp không trọn vẹn, thì suy cho cùng, đó chính là vấn đề "tôn giáo," nghĩa là con người phải đối diện với những vấn đề tối hậu. Dẫu sao đi nữa, con người phải chấp nhận liều lĩnh trong việc chọn lựa mà con người không thể giao phó cho người khác và chấp nhận một sự thách đố mà mình không thể tránh né.

Trong hành trình đi tìm các giá trị, khoa tâm lý học còn góp công nêu bật những đặc tính nhất định của nguồn mạch giá trị và những đòi hỏi nhất định khi con người chọn lựa. Thực ra, khi con người hiểu rằng một ngày nào đó mọi người sẽ phải đối diện với các vấn đề tối hậu, bấy giờ con người cần phải có một tiêu chuẩn phân tích tương xứng để đi đến một giải đáp thỏa đáng. Khoa tâm lý học phải đề phòng mọi hình thức giảm trừ hóa: Duy sinh học, duy vật, duy bản năng, duy nghiệm, một thứ duy nhân văn lạc quan nào đó, duy tâm lý và duy linh viễn vông. Thật vậy, tất cả những thứ "duy" này giải thích hiện tượng con người bằng một công cụ nghiên cứu duy nhất mà quên đi những điều nằm ngoài phạm vi phân tích của mình, vì thế mà không đủ khả năng cung cấp những giải pháp đầy đủ tính nhân văn và thỏa đáng cho những vấn đề trọng yếu và tối hậu liên quan đến sự sống và sự chết, sự thiện và sự ác. Những phương pháp đó chắc chắn chứa đựng một phần sự thật, bởi vì con người cũng là những sinh vật có bản năng, thể chất, vô thức và linh hồn..., nhưng không chỉ có thế mà thôi. Do đó quả nguy hiểm khi thừa nhận một học thuyết như là nguồn mạch các giá trị, bởi vì học thuyết đó chỉ có một khái niệm phiến diện về con người và trên thực tế, nó không có những phương tiện để đối diện với những vấn đề đặc thù của con người. Những vấn đề đó sẽ tồn tại mà không có lời giải đáp hay lời giải đáp sẽ không thỏa đáng, hay bị giản hóa tới mức tối thiểu và cướp mất ý nghĩa nguyên thủy của chúng.

Thứ ba, khoa tâm lý học nhắc chúng ta biết rằng con người phát triển là nhờ nhu cầu tự siêu việt và có thiên hướng tự siêu việt. Bằng chứng là vào một lúc nào đó, mọi người đều buộc phải đặt ra những vấn đề mà chúng ta đã nói trên đây. Những vấn đề đó không chỉ đòi hỏi con người phải nhạy bén, mà còn có khả năng thích đáng để đi vào quỹ đạo đó. Như vậy, đây là một lý do khác đòi hỏi chúng ta phải có một nguồn mạch giá trị: Đó là cần phải đáp ứng cho xu hướng này, một giải đáp có khả năng làm cho xu hướng đó chuyển động và cung cấp cho nó phương tiện để biểu lộ đầy đủ. Nói cách khác, khi chúng ta suy nghĩ chín chắn để chọn lựa một giá trị ngang tầm với cấu trúc của con người, chúng ta có thể thấy trước toàn bộ đời sống tâm linh của mình và sống xứng đáng là con người.

Ngoài ra, nguồn mạch giá trị cũng đòi hỏi con người trao ban tối đa, nghĩa là định hướng đời sống mình một cách nào đó để sử dụng trọn vẹn nhân tính của mình. Thật vậy, trong mức độ lý tưởng phản ánh điều tốt nhất mà chúng ta có thể đạt tới, lý tưởng đó có giá trị khách quan như mục tiêu của phát triển. Trái lại, khi chúng ta chọn lựa một nguồn mạch giá trị chỉ đưa ra một lý tưởng thấp kém hơn điều chúng ta có thể thực hiện được, bấy giờ chúng ta chọn lựa sự hạn chế của mình. Một công việc đơn điệu làm cho người thông minh khó chịu như thế nào, thì khi chúng ta khao khát một điều thấp kém hơn điều chúng ta có thể thực hiện được, bấy giờ chúng ta cảm thấy bức bối, khó chịu và tự lừa dối. Tốt hơn là nên chọn một lý tưởng đầy khó khăn, lý tưởng đó có thể xung khắc với bản tính tự nhiên của chúng ta và có thể là không bao giờ đạt tới trọn vẹn được, nhưng lý tưởng đó buộc chúng ta phải nỗ lực tối đa. Sự hoán cải luân lý “cốt tại việc chọn lựa điều thiện đích thật; điều thiện đó có thể trái nghịch với sự thỏa mãn của chúng ta, khi giá trị và sự thỏa mãn xung khắc với nhau.” Nếu giá trị đó thật sự xung khắc với bản tính tự nhiên của chúng ta, thì đó là dấu hiệu cho thấy nguồn mạch giá trị đó không chấp nhận một sự giải thích và cảm giác thích thú mơ hồ. Đó là nguồn mạch của những giá trị khách quan. Như thế, nguồn mạch đó đáng được chấp nhận. Mặt khác, như chúng ta đã thấy, nếu bản tính con người là duy nhất, thì giả thiết về sự hiện hữu của các giá trị khách quan là hợp lý. Những giá trị đó có chức năng giúp con người thể hiện trọn vẹn bản tính của mình: Đó là nguồn mạch mà con người cần.

6. Nguồn Mạch Tôn Giáo (Religious Source)

Tâm lý học không thể áp đặt bất cứ niềm tin nào lên con người, nhưng chỉ nhắc cho con người biết rằng họ không thể không tin vào một điều gì đó mang lại ý nghĩa cho đời sống. Tâm lý học không có khả năng đặt tên cho nguồn mạch các giá trị, mà chỉ có thể nêu lên một vài đặc tính. Tâm lý học không có thẩm quyền trong địa hạt này, nhưng có thể giúp chúng ta chấp nhận một nguồn mạch như là điều thiết yếu để khám phá các giá trị khách

quan. Qua những khẳng định trên đây, chúng ta có thể đưa ra một ứng dụng vắn gọn. Các giá trị có những lý lẽ hữu lý, mặc dù những lý lẽ ấy thường không phải là kết quả của những suy luận hoàn toàn dựa trên lý trí. Do đó, chúng ta thử tìm hiểu những lý lẽ biện minh cho nguồn mạch tôn giáo mà chúng ta chọn lựa, bằng cách dựa trên sự phân tích tâm lý mà chúng ta đã bàn luận và gạt những vấn đề khác sang một bên (nhu cầu tôn giáo của con người là bẩm sinh hay thủ đắc, các năng động của vấn đề tôn giáo, nhu cầu tôn giáo, các tôn giáo có cơ cấu, v.v...)

Vấn đề giá trị tối hậu chắc chắn đòi buộc con người phải đối diện với vấn đề tôn giáo. Tự chất vấn về ý nghĩa của đời sống tức là đặt câu hỏi về nguồn gốc và số phận của con người, về việc con người lệ thuộc một nguồn mạch căn bản. Vấn đề ở đây là: Nguồn mạch nào? Nói chính xác hơn, đó là câu hỏi "Thiên Chúa nào đây?" Hay nói theo ngôn ngữ Kinh Thánh, nguồn mạch đó là Thiên Chúa hay ngẫu tượng. Nói cách khác, đời sống con người không thể trung lập dưới quan điểm tôn giáo, bởi vì không ai hiện hữu mà không có vấn đề tôn giáo. Nếu quả thật như thế, thì vấn đề ở đây là sự khác biệt giữa tôn giáo minh nhiên (Thiên Chúa) và tôn giáo mặc nhiên (thần tượng hay biểu tượng của sự bất tử).

Nguồn mạch tôn giáo dường như đáp ứng những đòi hỏi mà khoa tâm lý nêu ra như chúng ta đã thấy trên đây. Thật vậy, nguồn mạch tôn giáo là điểm quy chiếu siêu việt nhất của con người trong đời sống. Nguồn mạch tôn giáo có những đặc tính khách quan giúp chúng ta khắc phục nỗi trạng giảm lược và chủ quan; đồng thời giúp chúng ta có khả năng đối diện với những vấn đề trọng yếu của con người. Nguồn mạch tôn giáo quan tâm đến thân phận con người cách nghiêm túc và đưa ra một giải pháp toàn diện chứ không phải một giải pháp tạm thời.

Một cách cụ thể, nguồn mạch tôn giáo tôn trọng xu hướng tự siêu việt của con người, cả chiều ngang lẫn chiều dọc, và khuyến khích xu hướng đó - thúc đẩy một cách nào đó, mà với những lý tưởng thấp kém hơn, người ta sẽ gặp rất nhiều khó khăn. Để cho sự hoàn thiện ăn khớp với việc con người tự thể hiện trọn vẹn, nguồn mạch tôn giáo đòi phải toàn diện. Sự đòi hỏi đó chắc chắn nằm trong chiều hướng siêu việt, và vì thế mà xung khắc với một xu hướng khác của con người, đó là xu hướng tái lập sự điều bình (homeostatic equilibrium) thường đưa đến sự bất động của sự chết. Theo thuật ngữ của Freud, chúng ta có thể nói lý tưởng tôn giáo là biểu hiện của bản năng sự sống.

Sau hết, nguồn mạch tôn giáo quan hệ rất mật thiết với chiều kích luân lý. Nguồn mạch tôn giáo không phải là một thực tại hoàn toàn trừu tượng hay lý thuyết, nhưng là sinh lực của đời sống là nơi mà con người lấy quyết định. Tiên vàn, nguồn mạch tôn giáo đặt nền

móng cho đời sống luân lý, vì nguồn mạch tôn giáo cho chúng ta lý do để dẫn thân và giải đáp cho vấn đề mà Kohlberg gọi là "sự lưỡng lự do hoài nghi, nó mạnh hơn bất cứ sự lưỡng lự nào khác": Tại sao tôi phải thực thi công bình trong một thế giới bất công? Ngay cả Freud cũng thấy cần phải nêu lên câu hỏi này: "Nếu tôi tự hỏi: Tại sao tôi luôn khao khát sống ngay chính, quan tâm đến người khác và trở nên người tốt? Ngay cả khi tôi thấy sống như thế là thiệt thân và yếu đuối, bởi vì những người khác tàn bạo và bất trung, thế thì tại sao tôi không chấm dứt ngay lối sống đó? Tôi không biết phải trả lời như thế nào."

Hơn nữa, nguồn mạch tôn giáo không phải là điều chung chung, nhưng cho chúng ta khả năng đánh giá tư cách đạo đức của mình. Nếu việc cam kết luân lý có một ý nghĩa, chúng ta phải tìm ra những cách thức cụ thể diễn tả ý nghĩa đó. Tuy nhiên, điều quan trọng là thống nhất lý thuyết về đời sống luân lý và thực hành trong cuộc sống (trong thuật ngữ của chúng tôi, đó là các giá trị và thái độ). Nguồn mạch tôn giáo cung cấp cho chúng ta cả hai điều đó. Trong khi giải thích lý do của việc cam kết luân lý, nguồn mạch tôn giáo vẫn để chúng ta tự do sử dụng trực giác để biết thực hiện việc cam kết đó như thế nào. Không thể có một nền luân lý mà thiếu tôn giáo, ít nữa là mặc nhiên. Mặt khác, chọn lựa tôn giáo, tự bản chất, bao hàm một chọn lựa luân lý. Mọi sự được xếp đặt để tôn vinh và tạo thuận lợi cho sự thống nhất cơ bản của con người, mà tự bản chất là "một thụ tạo có đạo đức"

Chúng ta có thể kết luận: Dưới quan điểm của khoa tâm lý học, việc chọn theo một tôn giáo là hoàn toàn hợp lý. Việc chọn lựa đó hoàn toàn hợp lý vì tính khách quan và siêu việt của tôn giáo, vì tôn giáo tôn trọng con người và những đòi hỏi của con người, đồng thời có khả năng trả lời cho những vấn đề trọng yếu của con người. Tuy nhiên, chúng ta còn phải trả lời cho câu hỏi này: Làm sao người độc thân có thể đón nhận các giá trị làm của mình? Làm sao quy hướng những năng động nội tâm (nhu cầu) và hành vi (thái độ) về những giá trị đó để xác định căn tính mình dưới ánh sáng của những giá trị đó? Chương sau sẽ trình bày những yếu tố đầu tiên để trả lời cho những câu hỏi nêu trên.

Chương 5. CƠ CẤU BẢN NGÃ



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM](#)

Sau khi tìm hiểu những cấu tạo nên nội dung bản ngã, bây giờ chúng ta hãy tìm hiểu cơ cấu bản ngã, mà các nhu cầu, thái độ và giá trị được đặt vào đó. Như thế chúng ta đi từ câu hỏi "cái gì thúc bách hay thu hút con người?" sang câu hỏi "tại sao con người bị thúc bách hay bị lôi cuốn vì nội dung này hơn nội dung khác?"

Qua thuật ngữ cơ cấu, chúng tôi muốn nói đến một hệ thống quy luật hay thuộc tính cấu tạo của một toàn bộ xét như một thực thể thống nhất. Những thuộc tính này giải thích tại sao chúng ta làm theo nội dung này chứ không phải nội dung khác. Chúng ta lấy một ví dụ trong lãnh vực khoa học tự nhiên: Nghiên cứu mái vòm của một đại thánh đường. Trên bình diện nội dung, chúng ta biết mái vòm đó có một chiều cao, đường kính, khối lượng nhất định; được xây dựng bằng chất liệu nhất định. Tuy nhiên, những kết luận này chỉ áp dụng cho mái vòm đó chứ không thể áp dụng cho những mái vòm khác. Xét trên bình diện cấu trúc, chúng ta nhận ra một điều quan trọng hơn. Đó là các quy luật, nhờ đó mái vòm đứng vững mà không đổ xuống trên đầu du khách; nói cách khác, chúng ta hiểu được phương pháp kiến trúc. Phương pháp kiến trúc có thể áp dụng cho mọi mái vòm, bất chấp sự khác biệt về khối lượng, chiều cao và đường kính. Điều đó muốn nói rằng, trong lãnh vực tâm linh, ngoài cách thức biểu hiện, chúng ta có thể chỉ ra một vài cấu trúc của con người; cấu trúc này có tính siêu văn hóa và vượt ngoài mọi tình huống. Nói cách khác, con người không chỉ hay chủ yếu là một hỗn hợp những xu hướng tinh thần rời rạc. Những cách diễn tả khác nhau của con người biểu lộ những thuộc tính cơ cấu hay những cấu trúc chính và nền tảng; sau đó, những cấu trúc này lại mặc lấy vô số nội dung. Sự kiện con người bị thúc đẩy vì các giá trị (lôgic siêu việt) hay vì các nhu cầu (lôgic tất yếu); tổ chức và xác định mình dựa trên cấp bậc này hay cấp bậc khác; có thái độ vị lợi và tự vệ hơn thái độ diễn tả giá trị hay hiểu biết, v.v... đưa chúng ta trở về với một dữ kiện quan trọng hơn: Đó là khái niệm của bản ngã. Tất cả những điều trên là những cách thức bộc lộ của bản ngã và bản ngã tự cơ cấu hóa theo cách này hay theo cách khác. Chúng ta sẽ tìm hiểu đời sống tâm linh con người sâu hơn: Chúng ta đi từ bình diện các tiến trình cảm xúc và lý tính tới nội dung và tới

chính bản ngã. Vấn đề "nội dung" đưa chúng ta đến vấn đề "nguyên nhân" và vấn đề "nguyên nhân" đưa chúng ta đến khái niệm bản ngã.

Trước hết, phương pháp cấu trúc rất quan trọng đối với thần học và triết học, nếu các khoa học này muốn trình bày cho con người bằng một ngôn ngữ trung thực. Thật vậy, với phương pháp cấu trúc, chúng ta có thể vượt qua loại tâm lý học thông thường đi theo thuyết tất định và không sao giải thích các hành vi cho chính xác. Chúng ta cũng vượt qua loại tâm lý học mô tả thuần túy, tâm lý học này chỉ có thể theo dõi các tâm trạng của con người. Trái lại, chúng ta nhấn mạnh những cơ cấu năng động tâm lý có tính siêu văn hóa và siêu hoàn cảnh, để giúp con người sẵn sàng đón nhận tác động của ân sủng. Xem xét tác động của những cơ cấu đối với con người là một điều rất thiết yếu đối với nhiều vấn đề luân lý như sự chọn lựa căn bản, khái niệm trách nhiệm, khả năng quyết định cách tự do và cả những vấn đề chuyên biệt như luân lý tính dục, hậu quả của việc phá thai về mặt tâm bệnh học, tâm thức có tội, xưng tội, v.v... Thần học không thể xem nhẹ những cấu trúc tâm lý, chúng là một tiềm năng vĩ đại cho đời sống Kitô hữu. Nếu thần học xem nhẹ những cấu trúc tâm lý, bấy giờ "con người" của thần học không hiện hữu thực sự. Về cơ bản, những cấu trúc tâm lý được Thiên Chúa đặt để trong bản tính con người và chúng ta có lý khi giả định rằng Người tôn trọng những chuẩn mực vận hành của cấu trúc tâm lý, ngay cả khi Người ban ân sủng để mời gọi con người đi theo lề luật của Người.

Vậy chúng ta hãy bắt đầu tìm hiểu bản ngã là gì và sau đó phân tích những cấu tố bản ngã.

A. MÔ TẢ BẢN NGÃ

Khi chúng ta làm một việc gì, chúng ta thừa nhận mình là tác nhân của việc đó. Thật thế, chúng ta nói: "Chính tôi là người đã..." và chúng ta nhìn nhận các hành vi đó là "của tôi." Các hoạt động khác nhau trong đời sống tâm linh có thể quy về bản ngã, bởi vì bản ngã muốn biểu lộ mình hay che đậy mình qua các hoạt động đó. Như vậy, bản ngã là nguyên lý thống nhất mọi hoạt động và chức năng của nhân cách: Bản ngã là tác nhân chính, bản ngã hoạt động một cách nào đó để thống nhất nhân cách và duy trì sự toàn vẹn của mình.

Là nguyên lý thống nhất, bản ngã thì trừu tượng và chúng ta rất khó hay không thể định nghĩa. Bản ngã là một cái gì đó ở đằng sau sự vật, nhưng không phải là sự vật: Các sự vật thì có thể đo lường, còn bản ngã thì không. Cảm nhận bản ngã của mình thì dễ hơn là định nghĩa nó. Thật thế, chúng ta biết bản ngã qua các chức năng của nó.

1. Các Chức Năng

Allport đã liệt kê 7 chức năng. Con người có 7 trạng thái đặc biệt được coi như "những đặc thù của tôi", qua đó chúng ta nhận diện bản ngã dễ dàng hơn:

a. Ý Thức Thân Xác

Đây là khía cạnh đầu tiên của bản ngã. Thí nghiệm nhỏ sau đây cho thấy bản ngã tỏ lộ như thế nào. Chúng ta hãy nhổ nước bọt vào chiếc ly và thử uống ly nước đó: Nước bọt trong miệng tôi thì tự nhiên, nhưng "nước bọt của tôi bỗng dừng lại trở nên nhòem tởm và trở nên "khác" với tôi. Hay chúng ta thử mút những giọt máu rỉ ra từ băng vải buộc vết thương nơi ngón tay: Mút giọt máu từ ngón tay thì được, nhưng từ băng vải thì không. Những gì thuộc về bản ngã thì thuộc về thân xác, nó ấm áp và được chấp nhận. Trái lại, những gì đã tách rời với tôi thì trở nên lạnh lẽo và ở ngoài.

b. Căn Tính Bản Ngã

Cho dù thời gian đã trôi qua và hoàn cảnh đã đổi thay, các sinh hoạt có khác nhau và các tư tưởng mẫu thuẫn với nhau, tôi vẫn chắc chắn là tất cả những điều đó thuộc về "tôi". Dù ở tuổi 80, chúng ta vẫn tin chắc rằng mình có cùng một bản ngã như khi mới lên ba.

c. Trân Trọng Bản Ngã

Khi tôi bị khiển trách, bị xỉ nhục hay được khen ngợi, tôi ý thức về bản thân như chưa bao giờ từng có như thế, nghĩa là bản ngã của tôi bị người khác dòm ngó.

d. Mở Rộng Bản ngã

Việc mở rộng bản ngã bao gồm mọi thứ mà chúng ta gọi là "của tôi". Tặng cho anh bạn một món quà tôi vừa mua ở cửa hàng thì chẳng đụng chạm đến tôi bao nhiêu, nhưng nếu anh bạn đó xin tôi một đồ vật đã từng nằm trên bàn làm việc của tôi lâu năm, bấy giờ tôi có cảm tưởng anh bạn đó xin một phần của chính tôi.

e. Hoạt Động Lý Tính

Nhờ hoạt động này, tôi không chỉ biết đối tượng (cuốn sách trước mặt tôi), mà cả hoạt động của tôi (đọc sách) và tôi cũng có kinh nghiệm về bản ngã của tôi (chính tôi là người đang đọc).

f. Hình Ảnh Bản Thân

Ngoài hành động của tôi ra, tôi còn băn khoăn không rõ người ta biết "tôi" như thế nào. Đó là lòng tự trọng mà chúng ta sẽ bàn sau.

g. Hướng Tới việc "Sở hữu" (proprium)

Đàng sau mọi hoạt động có một "cái tôi" hoạch định mọi việc. Đó là khía cạnh giá trị

mà chúng ta đã đề cập trong chương trước.

2. Thuộc Tính

Theo bản năng, chúng ta tôn trọng sự thống nhất nền tảng của bản ngã, nhưng chúng ta phải nhận thức rằng sự thống nhất đó vẫn còn phải được xây dựng. Bên trong bản ngã, các yếu tố không đồng nhất, các nguồn năng lực đa dạng lôi kéo bản ngã đi theo nhiều chiều hướng khác nhau. Một mặt, chúng ta nhận thấy mình là chủ thể của các hành động, tư tưởng và quyết định của mình; mặt khác, chúng ta cũng thấy có những mâu thuẫn trong chúng ta, những năng động đối chọi nhau như thể chúng phát xuất từ những nguồn khác nhau. Có một cái gì đó vượt ngoài tầm kiểm soát của chúng ta, mà vẫn là một phần của chúng ta; mặc dầu chúng ta không muốn, song chúng ta thấy nó vẫn ở trong chúng ta: "Trong tôi có ước muốn làm điều thiện, nhưng không có khả năng thực hiện; thật vậy, sự thiện tôi muốn thì tôi không làm, nhưng sự ác tôi không muốn, tôi lại cứ làm" (Rm 7, 18-19). Khoa tâm lý học nỗ lực giải quyết vấn nạn này bằng cách nghiên cứu những thuộc tính của bản ngã. Trong số những thuộc tính khác nhau mà các tác giả liệt kê, theo chúng tôi thì 4 thuộc tính sau đây quan trọng hơn cả.

a. Bản Ngã Thì Toàn Diện

Bản ngã hoạt động như một toàn thể. Chúng ta khó có thể tách bạch sự đóng góp của mỗi thành phần. Không thể phân chia con người thành những ngăn tách rời nhau, như thể biến cố này thì thuộc về thân xác, còn biến cố kia lại thuộc về trí óc. Mọi hoạt động đều biểu lộ bản ngã, cho dù chúng không ở trong mọi thành phần của bản ngã. Đó là một nhận xét trên bình diện lý thuyết, còn trên thực tế thì không, bởi vì chúng ta có khuynh hướng phân đôi con người: Cái này thuộc thể chất, cái kia thuộc tâm linh, cái nọ thuộc linh hồn.

Bởi vậy, các nhà huấn luyện phải là đưa ra một chương trình toàn nhập cho con người toàn diện. Chương trình đó phải khác với chương trình huấn luyện cổ điển mà đôi khi người ta còn áp dụng: Trước tiên là huấn luyện tri thức, rồi huấn luyện mục vụ và nếu còn thời gian thì huấn luyện trưởng thành nhân bản. Vì thế, các giáo sư thì quan tâm đến hoạt động trí tuệ; các nhà huấn luyện quan tâm đến thực hành; các nhà linh hướng chăm lo phần linh hồn; các nhà tâm lý quan tâm đến bệnh lý; và chẳng ai quan tâm đến con người. Một phương pháp huấn luyện như thế không bao giờ làm cho con người thống nhất và cản trở việc huấn luyện đích thật. Phải huấn luyện làm sao để cho các giá trị có thể tự do tuôn chảy trong mọi lãnh vực của nhân cách. Con người là một toàn thể bất khả phân ly và sự trưởng thành luôn luôn nhắm đến sự toàn diện và thống nhất. Chúng ta không thể trưởng thành thật sự, khi địa hạt này lấn lướt những địa hạt khác, bởi vì chính con người "toàn thể" phải lớn lên theo

nguyên tắc toàn diện.

Ngay cả khi chúng ta đáp lại sự thúc giục của ân sủng, chúng ta cũng phải đáp lại với toàn thể con người của mình. Thậm chí giới răn yêu mến Thiên Chúa hết lòng, hết linh hồn, hết sức lực... (x. Đnl 6,4; Mt 22,37) chỉ có thể diễn giải như thế này: Giới răn yêu thương không chỉ là sự tròn đầy của tình yêu, nhưng là một sự liên lụy của toàn thể năng lực con người. Bên cạnh đó, chúng ta chỉ có thể yêu mến hết lòng, nếu mọi cấu tố khác nhau (trí tuệ ý chí và tình cảm...) được lôi kéo và hoạt động tích cực trong hành động. Các giá trị hay ước muốn lý tính không đủ để làm cho con người trưởng thành.

Hiển nhiên là cái nhìn toàn diện đó không loại trừ những cái nhìn chuyên biệt về con người. Đơn giản là chúng ta đừng biến những cái nhìn chuyên biệt đó thành những quan niệm cực đoan hay tách biệt với những quan niệm khác, nhưng đặt chúng trong năng động hỗ trợ và toàn nhập.

b. Bản Ngã Có Tính Biện Chứng

Sự thống nhất không loại trừ những mâu thuẫn có thể xảy ra, bởi vì bản ngã bao gồm những thành phần khác nhau trong mối quan hệ biện chứng. Thành phần này có thể phát triển, trong khi thành phần khác có nguy cơ bị ức chế. Một vùng tinh thần có thể tự khẳng định bằng cách chống lại một vùng khác. Lãnh vực này có thể tăng cường cho lãnh vực khác... Qua nhiều hình thức phối hợp khác nhau, chúng ta thấy thống nhất không phải tập hợp các sự kiện, nhưng là một tiến trình trở thành. Những thành phần khác nhau của bản ngã mà chúng ta gọi là cái tôi lý tưởng và cái tôi hiện thực (và các cấu tố của chúng) không cố định như hai đường thẳng song song, nhưng chi phối lẫn nhau. Thế giới các giá trị có một lô-gic riêng, khác với cái lô-gic của nhu cầu và không thể làm gì hơn là chiếu cố đến nó. Nếu thế giới này bị kích thích thì thế giới kia cũng bị tác động. Nếu chúng ta nhấn mạnh giá trị của độc thân, thì lãnh vực tình cảm bị chèn ép. Nếu tôi có một nhận thức chính xác về các nhu cầu, thì các thái độ cũng phải được xác định lại. Mặt khác, chúng ta đang bàn đến một phép biện chứng có tính xây dựng, bởi vì mỗi thành phần thực hiện một chức năng riêng và thiết yếu vì sự thiện hảo của toàn thể: Các giá trị định hướng và tạo nên căn tính cho bản ngã, các nhu cầu cung cấp năng lực và sự phong phú trong cách thể hiện, các thái độ là cơ hội để biểu lộ và sống điều chúng ta tin và quý mến. Đối với việc huấn luyện, điều quan trọng là người thụ huấn phải biết và đánh giá đúng những năng động nơi bản thân mình, hiểu rõ những nhu cầu cấp bách khác nhau và chấp nhận sự mỗi một hàng ngày để uốn nắn các nhu cầu và nỗ lực xây dựng bản ngã.

c. Bản Ngã Có Tính Cơ Cấu

Thật vậy, những cấu tố của bản ngã được gọi là cấu trúc, và được biểu lộ qua các nội dung. Chúng ta đã định nghĩa khái niệm cấu trúc và cũng đã giải thích các nội dung rồi; việc còn lại là đặt tên cho những cấu trúc. Với tầm nhìn toàn diện về con người, chúng ta nên nhớ các cấu trúc phải được hòa nhập với nhau. Các cấu trúc càng hài hòa với nhau, thì căn tính bản ngã càng rõ nét và lòng tự trọng càng vững chắc. Nếu các cấu trúc thiếu toàn nhập, thì đời sống tâm linh càng xung đột và hậu quả là chủ thể cảm thấy nghi ngờ bản thân. Bên cạnh đó các cấu trúc tương đối ổn định: Nội dung cơ cấu khó thay đổi và chính các cơ cấu cũng khó sửa đổi.

d. Bản Ngã Có Cứu Cánh Tính (Finalistic)

Bản ngã thường hướng tới sự nhất quán và tìm kiếm ý nghĩa. Hai thuật ngữ này - nhất quán và ý nghĩa - liên kết với nhau để cho thấy rằng, chúng ta sẽ không có được một cái nhìn mạch lạc và thống nhất về bản thân, nếu không đặt nó trong bối cảnh của các ý nghĩa.

Lại nữa, trong phạm vi huấn luyện, sự phát triển thật sự không thể là một điều gì chung chung, nhưng tiến hành theo một đường hướng rõ ràng: Đó là đường hướng của các giá trị, tự siêu việt và một ước muốn lý tính. Do vậy, giáo dục là giúp con người hiểu biết sâu sắc và vững chắc về mình (cơ cấu bản ngã) về mọi khía cạnh (khía cạnh biện chứng của bản ngã), cùng với việc tự chủ (bản ngã toàn diện) nhằm quy hướng năng lực về việc thực hiện các mục tiêu và mục đích tích cực (khía cạnh cứu cánh của bản ngã).

B. CÁI TÔI HIỆN THỰC VÀ CÁI TÔI LÝ TƯỞNG (ACTUAL SELF VÀ IDEAL SELF)

Theo cách phân loại của Wylie và đã được Rulla bổ sung, thì dưới quan điểm cấu trúc, chúng ta có thể phân chia cái tôi thành hai loại: Cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng.

1. Cái Tôi Hiện Thực

Cái tôi hiện thực là con người đích thật của chúng ta - dù chúng biết hay không - cùng với các nhu cầu và cung cách hành động thường xuyên của mình (thái độ). Cái tôi hiện thực là kết quả hay thành quả chung của 3 cấu tố: Cái tôi hiển thị, cái tôi tiềm ẩn và cái tôi xã hội.

a. Cái Tôi Hiển Thị (Manifest self)

Đó là nhận thức của chúng ta về mình và hành động của mình. Chúng ta khẳng định mình là ai và thường xuyên làm gì; nhận biết những điểm tích cực và tiêu cực của mình. Cái tôi hiển thị thường được gọi là khái niệm bản thân: Tôi nghĩ tôi là ai.

b. Cái Tôi Tiềm ẩn (Latent self)

Đó là toàn bộ những đặc điểm mà chủ thể sở hữu nhưng không biết. Do đó, dù tôi

không biết những đặc điểm đó là của mình (cảm xúc, động cơ, nhu cầu, thái độ, v.v.) chúng vẫn là thành phần trong con người của tôi và chi phối cách cư xử của tôi. Những đặc điểm tiềm ẩn đó có thể khác với những đặc điểm mà chủ thể nghĩ là mình đang có. "Cái tôi tiềm ẩn mà tôi không biết, có thể mâu thuẫn với "cái tôi hiển thị". Mức độ tiềm ẩn thay đổi tùy thuộc "cái tôi tiềm ẩn" thuộc bình diện vô thức hay tiềm thức: Bởi đó, cái tôi tiềm ẩn có thể là vô thức hay tiền ý thức:

c. Cái Tôi Xã Hội (Social self)

Đó là cái tôi xét như tác nhân và đối tượng xã hội. Như vậy, cái tôi xã hội có nghĩa là: Theo tôi, tôi là ai trong con mắt của tha nhân? "Theo tôi ở đây chúng ta nói đến cấu trúc nội tại của con người và ảnh hưởng của xã hội đối với quan niệm của chúng ta về bản thân mình; khái niệm bản thân còn được sàng lọc bởi những đặc điểm của bản ngã. Điều này không loại trừ khả năng là xã hội có thể gây ảnh hưởng mạnh đến nỗi lòng tự trọng của chúng ta lệ thuộc sự quan tâm của người khác: Những đặc điểm của bản ngã càng mong manh thì xã hội càng dễ chi phối lòng tự trọng của chúng ta.

2. Cái Tôi Lý Tưởng (Ideal Self)

Cái tôi lý tưởng là điều chúng ta khao khát. Đó là thế giới của khát vọng, ước muốn, dự phóng, đôi khi còn là thế giới của của giấc mơ và ảo tưởng. Cái tôi lý tưởng là kết quả hay tổng hợp của hai cấu tố: Lý tưởng cá nhân và lý tưởng thiết chế.

a. Lý Tưởng Cá Nhân

Lý tưởng cá nhân là những giá trị và dự phóng mà chúng ta chọn, là điều tôi muốn thực hiện. Lý tưởng cá nhân là hoa trái của một chọn lựa của chủ thể, chọn lựa này ít nhiều hòa hợp với những cấu tố khác của cái tôi hiện thực. Không phải lúc nào lý tưởng cá nhân cũng được bộc lộ hay suy diễn từ các hành vi của chúng ta.

b. Lý Tưởng Thiết Chế (Institutional ideal)

Lý tưởng thiết chế cốt tại nhận thức của chủ thể về các giá trị hay vai trò mà định chế xã hội đề nghị. Nên lưu ý điểm chính yếu trong định nghĩa: Đó là nhận thức của chủ thể về những điều mà định chế đề nghị. Nói cách khác, điều quan trọng không phải là các giá trị và vai trò mà định chế đề nghị, nhưng tiên vàn là nhận thức của chủ thể: Chủ thể hiểu các giá trị và vai trò đó như thế nào. Trên thực tế, chúng ta có thể phân biệt hai khía cạnh của lý tưởng thiết chế:

(1) Những Đòi Hỏi Của Vai Trò: Tức là những quy định mà định chế đề ra cho tôi; đó là toàn bộ những kỳ vọng, yêu cầu và đòi hỏi mà những người khác chờ đợi nơi tôi. Ở đây

định chế giữ vai trò chính.

(2) Quan Niệm Về Vai Trò: Theo tôi, định chế đề nghị gì với tôi? Ở đây, yếu tố quyết định là cách thức chủ thể nhận biết và giải thích các quy định của định chế.

Những đòi hỏi và khái niệm không có cùng một ý nghĩa như nhau. Ví dụ, bề trên gọi tôi đến và bảo tôi thực hiện một công việc nào đó, bởi vì ông thấy tôi có khả năng đáp ứng những yêu cầu của công việc (đòi hỏi của vai trò). Nhưng sau khi đi ra, tôi diễn giải lời yêu cầu của bề trên như một sự thăm dò nhằm khai thác tôi theo ý của ông (khái niệm về vai trò). Rõ ràng là khái niệm về vai trò chi phối việc hình thành cái tôi lý tưởng hơn là những đòi hỏi của vai trò. Bây giờ, hành động của tôi sẽ liên kết với nhận thức chủ quan của tôi; nhận thức này không nhất thiết trùng hợp với điều mà định chế thật sự đề nghị với tôi. Nhận thức của chủ thể về giá trị và vai trò sẽ quyết định căn tính chứ không phải là ý thức thuộc về định chế.

Bảng IV: Cấu Tổ Của Căn Tính

Căn Tính	Cái tôi lý tưởng	- Lý tưởng cá nhân - Lý tưởng thiết chế ->	- Khái niệm vai trò - Đòi hỏi của vai trò
	Cái tôi hiện thực	- Cái tôi hiển thị - Cái tôi tiềm ẩn -> - Cái tôi xã hội	- Tiền ý thức - Vô thức

C. CĂN TÍNH CỦA BẢN NGÃ

Vì bản ngã thì toàn diện, nên các thành phần của bản ngã - nội dung và cấu trúc - nối kết với nhau. Thái độ là phạm vi nổi bật mà chúng ta cảm nghiệm sự tác động hỗ tương giữa các nội dung: Thái độ giữ vai trò trung gian giữa các nhu cầu và các giá trị, nên thái độ là con kênh để hai nguồn năng lực đó bộc lộ qua 4 chức năng. Những cơ cấu của bản ngã cũng tương tác với nhau và căn tính là phạm vi nổi bật mà chúng ta cảm nghiệm sự hài hòa hay không hài hòa giữa các cơ cấu, căn tính là kết quả của hai cơ cấu trên.

Nói đến căn tính, chúng ta muốn nói đến ý thức về sự duy nhất và sự liên tục nội tâm theo dòng thời gian và qua các hoàn cảnh khác nhau, cùng với khả năng duy trì sự thống

nhất với hệ thống giá trị thiết thực.

Như thế, căn tính có hai yếu tố: sự liên tục và thống nhất (hay quy chiếu về các giá trị). Sự liên tục thường bắt nguồn từ việc cái tôi hiện thực xử lý đúng đắn, và sự thống nhất bắt nguồn từ cái tôi lý tưởng. Khi tôi sống hài hòa với bản thân, tôi đặt tin tưởng vào sự liên tục của tôi; khi tôi có một vài giá trị rõ ràng để quy chiếu và nhờ các giá trị đó mà xác định tôi là ai, bấy giờ tôi có sự thống nhất.

Đối lập với căn tính là thiếu lòng tự trọng, biểu hiện qua tính nhút nhát, thiếu tin tưởng (biểu hiện qua việc ngờ vực), thiếu ổn định (biểu hiện qua sự do dự) và không quy chiếu về giá trị (biểu hiện qua sự trống rỗng của cuộc sống). Một hệ thống giá trị thiết thực có nghĩa là cái tôi lý tưởng phải "tự do và khách quan." "Tính liên tục" và "thống nhất" là hai thuật ngữ chuyên môn chỉ rõ hai điều kiện để vạch ra một dự phóng chín chắn:

(a) Không nên theo đuổi các giá trị để thỏa mãn các nhu cầu mâu thuẫn. Vì thế, cần phải tự do khi tìm kiếm các giá trị. Ví dụ: Khi các giá trị bị áp đặt chứ không do chúng ta chọn lựa, bấy giờ chúng ta không có tự do; các giá trị đó chỉ là hiện thân của một truyền thống; các giá trị bắt nguồn từ sự ức chế mà người ta buộc phải chọn (phải làm việc cho đến khi...); hay các giá trị mà chúng ta sao chép từ những người có quyền bính hay từ các nhóm xã hội mà chúng ta là thành viên.

(b) Các giá trị của chủ thể phải hài hòa với một hệ thống các giá trị khách quan (không tùy tiện). Vì thế, tính khách quan liên hệ đến cách thức đi tìm các giá trị (xem phần I, chương 4, đoạn F: Đi Tìm Các Giá Trị).

"Tôi là ai" và "tôi muốn mình là ai" phải là hai đường thẳng đồng quy. Xét về mặt cấu trúc, xây dựng căn tính là thu hẹp khoảng cách giữa cái tôi lý tưởng và cái tôi hiện thực. Xét về mặt nội dung, các lý tưởng trừu tượng ngày càng trở thành các thái độ và các thái độ đó cũng liên tục được hỗ trợ bởi các nhu cầu tương ứng. Tuy vậy, sự toàn nhập không có nghĩa là đặt cái tôi lý tưởng chồng lên cái tôi hiện thực. Căn tính cũng không phải là điều mà chúng ta chỉ có thể đạt được khi cái tôi lý tưởng và cái tôi hiện thực ăn khớp với nhau, tạo ra khoảng trống để thực hiện trọn vẹn các giá trị. Làm như thế là một yêu sách phi lý và có thể tạo ra sự căng thẳng vì áp lực của sự cầu toàn, buộc chúng ta phải vươn tới một lý tưởng không thể đạt được. Căn tính đã có đó rồi, từ khi cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng dần dần xích lại với nhau. Trưởng thành không phải là toàn thiện toàn bích, nhưng là khả năng có thể hoàn thành cái tôi lý tưởng cách tiệm tiến trong một hoàn cảnh nhất định. Người thất vọng là người trải nghiệm một sự chênh lệch quá lớn giữa con người hiện thực của mình và con người lý tưởng mà mình khao khát đạt tới. Vì thế, người đó sống trong

tình trạng xao xuyến (ít hay nhiều). Người đó chỉ có thể giải quyết tình trạng xao xuyến ấy bằng cách bắt một trong hai cấu trúc phải im tiếng: Một bên là "cái tôi lý tưởng" mơ mộng hão huyền tới mức chạy trốn khỏi giây phút hiện tại và tự lừa dối; và bên kia là "cái tôi hiện thực" có óc thực tế, nhưng không biết làm thế nào để vượt ra khỏi giây phút hiện tại và thiếu tự tin (chúng ta sẽ định nghĩa khái niệm này và các hệ lụy của nó cách cụ thể hơn trong phần phụ lục bàn về lòng tự trọng).

1. Sự Khủng Hoảng và Khuếch Tán Căn Tính

Vì căn tính là một khái niệm năng động, cho nên trong căn tính có một yếu tố gây ra khủng hoảng. Căn tính phải không ngừng tái cấu trúc và bị đe dọa bởi những sai lầm trong việc xác định cái tôi lý tưởng (các vấn đề liên quan đến giá trị) hay cái tôi hiện thực (các vấn đề liên quan đến việc biết mình), vì đã làm hao mòn một trong hai cấu trúc đó, hay vì thiếu khả năng toàn nhập hai cấu trúc đó (các vấn đề liên quan đến sự bất nhất). Do vậy, khủng hoảng căn tính là chuyện rất bình thường và nếu không có khủng hoảng thì quả là điều rất tệ hại: Vì nếu không có khủng hoảng, chúng ta sẽ không cảm thấy có bồn phận phải lớn lên. Trái lại, điều không bình thường chính là sự "khuếch tán căn tính." Vào bất cứ giai đoạn nào trong quá trình phát triển, chúng ta cũng phải xác định bản thân một cách cụ thể tương ứng với sự phát triển vào thời điểm đó. Qua thuật ngữ khủng hoảng, chúng tôi muốn nói tới sự bất tương ứng giữa việc chúng ta tự xác định mình như thế nào và những đòi hỏi của thực tế. Vì lẽ đó, chúng ta cảm thấy nghi ngờ khi tái xác định bản thân (cho dù chúng ta không nên tái xác định bản thân mà chỉ dựa trên những đòi hỏi của môi trường). Vì thế, sự tương phản giữa bản ngã và thực tại đòi buộc chúng ta phải canh tân bản ngã.

Trái lại, sự khuếch tán căn tính là một sự tương phản giữa những tình trạng nội tâm mà chúng ta không thể làm cho hòa hợp với nhau được: Đó là một khó khăn trong việc kiểm chế bản thân. Khi chúng ta có hành vi tiêu cực đối với môi trường (tức giận, khiêu khích, v.v...), chúng ta cần xem lại kinh nghiệm nội tâm của chúng ta. Nếu chúng ta vẫn duy trì được một ý thức cơ bản về sự liên tục của bản ngã, bất chấp sự tương phản đó thì trường hợp đó chỉ là sự khủng hoảng căn tính. Theo O. Kernberg, trong hoàn cảnh như thế, thì bên cạnh việc tái xác định bản thân, chúng ta cũng thấy các dấu hiệu sau đây:

- (a) Có khả năng phê phán hành vi của mình: Nếu chúng ta thấy mình đang tự lừa dối, chúng ta phải có khả năng chấp nhận sự khiển trách và cố gắng sửa sai.
- (b) Có khả năng thiết lập những tương giao liên vị vững bền (không nhằm khai thác lẫn nhau), cùng với khả năng đánh giá người khác cách thực tế.
- (c) Có khả năng phát huy và đào sâu hệ thống giá trị của mình (dù phù hợp hay tương

phản với nền văn hóa đang phổ biến), cùng với ý chí không hành động vì sự thúc đẩy của động lực hưởng lạc, vị lợi và áp lực của tập thể.

Nếu thiếu những khả năng trên đây, thì đó là dấu hiệu chúng ta thiếu khả năng toàn nhập các tình trạng nội tâm, khó thông cảm với người khác và mang thái độ tự vệ. Đó là những đặc điểm của việc khuếch tán căn tính.

2. Căn Tính và Hành Vi (*behavior*)

Sở dĩ chúng ta nhấn mạnh đến căn tính, ấy là vì căn tính cũng giữ một vai trò quan trọng đối với hành vi. Chúng ta luôn luôn căn cứ trên căn tính của mình như một lược đồ quy chiếu để hành động. Đó là nhận định của R.C. Wylie. Ông đưa ra 3 khẳng định sau đây:

(a) Chúng ta thường nhận ra ngay điều gì phù hợp với căn tính của mình, và bóp méo hay loại bỏ điều gì tương phản với căn tính. Chúng ta cũng có xu hướng đó trong việc nhận biết những đặc điểm của chúng ta. Chúng ta có xu hướng bỏ qua những khía cạnh không phù hợp với điều chúng ta nghĩ về mình, và khi chúng ta đứng trước những thông tin tích cực có thể giúp chúng ta điều chỉnh hình ảnh bản thân tiêu cực của mình, chúng ta cũng có xu hướng như trên. (Chúng ta sẽ bàn vấn đề này trong phần sau liên quan đến sự bất nhất và trong chương bàn về tri giác nhận thức).

(b) Nếu chúng ta thiếu nhất quán về căn tính của mình, chúng ta sẽ dễ bị tổn thương, bởi vì chúng ta dễ dàng tiếp nhận những tác nhân kích thích bất ngờ khiến chúng ta bị xáo trộn. Bởi đó, chúng ta cảm thấy căng thẳng vì sự thất vọng và bộc lộ hành vi tự vệ.

(c) Việc chúng ta đánh giá người khác thì liên quan trực tiếp với việc chúng ta đánh giá mình. Freud nghĩ rằng (như đã số chúng ta) chúng ta chỉ có thể yêu thương người khác khi chúng ta được giải thoát khỏi sự kềm tỏa của dục vọng, như thể có một sự đối nghịch giữa yêu mình và yêu thương tha nhân. Trái lại, các nhà tâm phân tâm học và các "học thuyết về cái tôi" cho rằng khả năng yêu thương tha nhân tùy thuộc việc chúng ta phát huy hình ảnh bản thân hiện nay của mình như thế nào. Thật thế, nếu chúng ta nhận thấy mình đáng yêu và được yêu chúng ta sẽ ít lo lắng về việc người khác có khước từ chúng ta hay không, đồng thời ít cảm thấy bị đe dọa vì sự khẳng định của người khác. Trái lại, nếu chúng ta đánh giá mình quá cao hay coi thường bản thân mình, chúng ta sẽ bị thôi thúc phải hành động với thái độ tự vệ nhằm lôi kéo sự chú ý của người khác, hay rút lui vào sự cô đơn và hiềm thù.

D. NHẤT QUÁN (*consistencies*) VÀ BẤT NHẤT (*inconsistencies*)

Thuật ngữ nhất quán làm chúng ta liên tưởng đến sự toàn nhập, hài hòa và bất mâu

thuần. Theo cách nói thông thường, một vật được xem là nhất quán, khi các cấu tố hoàn thành nhiệm vụ của mình và góp phần vào thiện ích của toàn thể, hay lợi ích chung. Do đó, khái niệm nhất quán liên quan đến "sự thật" và khả năng của vật thể khi theo đuổi mục tiêu tự nhiên của mình. Như thế, một ngôi nhà có nền móng vững chắc, tường kiên cố và trần nhà cách nhiệt là ngôi nhà kiên định. Các chất liệu và kết cấu gắn chặt với nhau nhằm bảo đảm cho ngôi nhà được vững chắc và những người trú ngụ trong nhà được an toàn. Trái lại, nếu ngôi nhà tuy đẹp và bên trong đầy đủ tiện nghi, mà nền móng không chắc, vật liệu xây dựng kém chất lượng và không gắn kết chặt chẽ với nhau, thì ngôi nhà đó không kiên định. Mặc dầu những người sống trong nhà được hưởng một số tiện nghi, nhưng ngôi nhà không bảo đảm mục tiêu chính của họ khi xây nhà: Đó là sự an toàn vật lý và thể lý.

Áp dụng hình ảnh trên vào đời sống nội tâm con người, chúng ta có thể định nghĩa nhất quán là sự hài hòa sâu xa giữa những cơ cấu của bản ngã và các cấu tố liên quan. Một cách cụ thể, chúng ta có thể nói đến sự nhất quán - bất nhất trên những cấp bậc khác nhau:

(a) Cấp Bậc Tâm Lý - Hiện Sinh

Đó là sự đồng thuận hay bổ sung giữa những cấp bậc khác nhau của đời sống tâm linh. Chúng ta đã nói đến nguyên tắc toàn diện là nguyên tắc điều khiển mọi biểu hiện của đời sống con người vì lợi ích của toàn thể. Như vậy chúng ta có thể xem sự toàn diện như là sự nhất quán hay điều kiện tiên quyết của sự nhất quán. Trái lại bất nhất là khi những cấp bậc mâu thuẫn với nhau và khi những đặc điểm và đòi hỏi của các cấp bậc không hòa nhập với nhau. Điều làm chúng ta vui thích tương phản với điều có lợi cho chúng ta; chúng ta muốn đạt mục tiêu, nhưng khước từ phương tiện; chúng ta tuyên bố mình có một giá trị, nhưng khước từ các đòi buộc và hệ quả của giá trị đó. Đó là sự bất nhất có ý thức trong mức độ chủ thể nhận biết các điều kiện của vấn đề.

(b) Cấp bậc Luận Lý - Tinh Thần

Đó là mối quan hệ tương hợp, ít nữa là không mâu thuẫn giữa hai nhận thức khác nhau. Trái lại, khi hai nhận thức đối lập với nhau, thì đó là bất tương hợp. Nếu nội dung nhận thức liên quan đến hình ảnh bản thân, thì sự tương phản có vẻ rõ ràng hơn. Second khẳng định rằng, trong trường hợp có mâu thuẫn, chúng ta có xu hướng loại trừ tối đa yếu tố nhận thức khiến chúng ta đánh giá bản thân tiêu cực. Ví dụ: Chúng ta giảm nhẹ sự thất bại của mình đến mức tối thiểu hay tìm cách biện minh cho sự thất bại của mình, vì không muốn chấp nhận sự đánh giá tiêu cực đối với khái niệm bản thân.

Ngoài ra, chúng ta còn có một xu hướng khác liên quan đến sự ổn định của hình ảnh bản thân. Theo ông Smith, mỗi người có một "khái niệm bản thân," khái niệm này ổn định và

quan trọng hơn "nhận thức bản thân" (self-perception). Nhận thức bản thân có tính tạm thời và phát sinh từ mối quan hệ nhất thời với môi trường. Trong trường hợp có xung đột, khái niệm bản thân thường thắng thế và cái giá phải trả là bóp méo nhận thức và phủ nhận cả những thông tin có lợi cho mình. Ví dụ: Tôi muốn trở nên người thông minh, nhưng nếu tôi nghĩ rằng mình dốt (khái niệm bản thân), thì tôi có khuynh hướng xem các bằng chứng về sự thông minh của tôi (nhận thức bản thân) là sai lầm hay là những lời khen ngợi thiếu chân thành. Trong đó cũng có sự tranh chấp giữa xu hướng ổn định và xu hướng nghĩ tốt về bản thân. Cuối cùng, Rosenberg cho rằng nếu một thông tin tiêu cực xen vào hệ thống nhận thức tích cực về bản thân, thì thông tin đó sẽ được chấp nhận trong mức độ chủ thể xem thông tin đó là một yếu tố tầm thường, không ảnh hưởng gì đến sự lòng tự trọng và không động chạm đến hệ thống trung ương.

(c) Cấp bậc Nội Tâm - Cơ Cấu

Cấp bậc nội tâm - cơ cấu liên quan đến mối quan hệ giữa những cấu tố của bản ngã, tức là giữa cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng, và vì thế, liên quan đến mối tương quan giữa các nội dung của bản ngã, tức là nhu cầu - thái độ- giá trị. Bởi đó, chúng ta cũng phải xét đến những cấu tố vô thức và động cơ thúc đẩy. Chúng ta thấy chiều kích nội tâm - cơ cấu có thể bao gồm hai chiều kích trên đây, bởi vì mọi sự nhất quán - bất nhất trên cấp bậc hiện sinh và luận lý đều phản ánh sự nhất quán - bất nhất của cấu trúc (nếu không nói là bắt nguồn từ đó). Ngay cả việc chọn lựa bậc sống mặc nhiên hay minh nhiên, việc hình thành nhận thức, nhất là nhận thức bản thân, đều liên quan đến sự quân bình giữa cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng, và liên hệ đến tương quan giữa chọn lựa giá trị và sự thúc bách của nhu cầu.

Bởi vậy, chúng ta sẽ tập trung vào sự nhất quán - bất nhất trên bình diện cấu trúc. Nói cách cụ thể, chúng ta sẽ phân tích 3 yếu tố: Mối tương quan giữa nhu cầu - thái độ - giá trị; động lực thúc bách chủ thể; và cấp bậc ý thức.

1. Định Nghĩa

Một người được xem là nhất quán, khi anh ta hành động một cách ý thức hay không ý thức, vì sự thúc đẩy của các nhu cầu tương thích với các giá trị. Trái lại, anh ta bất nhất khi bị thúc đẩy bởi các nhu cầu vô thức không tương thích với các giá trị. Như vậy, yếu tố chính là mối tương quan giữa nhu cầu và giá trị. Ngoài ra, các thái độ của anh ta cũng tham gia vào sự nhất quán - bất nhất, nhưng lệ thuộc vào mối tương quan giữa nhu cầu và giá trị. Vì thế, dưới quan điểm tác dụng và chẩn đoán, chúng ta phải quan sát vai trò của thái độ đối với nhu cầu và giá trị.

Người nhất quán - trong lãnh vực mà anh ta nhất quán - thì toàn nhập nhần cách, bởi vì những cấu tố bản ngã và những cơ cấu bản ngã vận hành nhờ một lực đẩy đồng nhất và cùng hướng về một mục tiêu, tương tác tích cực với nhau. Người bất nhất thì sống trong tình trạng nội tâm bất nhất, không điều khiển đời mình, bởi vì anh ta bị thúc đẩy bởi một động lực mà anh không biết. Động lực đó bóp méo và mâu thuẫn với các giá trị của anh. Vì thế, những cơ cấu và nội dung mâu thuẫn với nhau và tạo ra xung đột. Anh ta nhận thấy hậu quả của xung đột, nhưng không rõ nguyên nhân.

Trong trường hợp thứ nhất, người nhất quán đưa sức mạnh năng động của nhân cách vào dự phóng đời sống mà anh ta tự nguyện chọn lựa, và anh ta kiên trì thực hiện dự phóng cách hiệu quả. Trong trường hợp của người bất nhất, anh ta ít tự do khi xác lập và thực hiện dự phóng, bởi vì một sức mạnh vô thức chi phối việc chọn lựa của anh ta và hạn chế khả năng thực hiện dự phóng của anh ta.

Sau hết, người nhất quán có một đời sống trong sáng, đời sống bên trong nội tâm cũng như bên ngoài xã hội: Động lực đích thật thúc đẩy anh ta hành động chính là mục tiêu anh ta khẳng định. Anh ta hiểu rõ giá trị nội tại của mục tiêu (giá trị), cảm thấy bị thu hút vì mục tiêu (nhu cầu) mong muốn và cam kết thực hiện mục tiêu đó (thái độ). Anh ta là người "chân thật," và vì thế, anh ta có thể đạt tới mục tiêu mà mình đề ra. Còn người bất nhất thì khác: Ngoài "động lực chính thức," còn có những động cơ phụ thúc đẩy anh ta hành động mà anh không biết. Thông thường thì anh ta cũng chẳng nhận ra động lực chính hay động lực phụ.

Để hiểu rõ hơn về sự nhất quán - bất nhất, thay vì đặt người nhất quán đối lập với người bất nhất, chúng ta sẽ nói đến sự nhất quán và bất nhất nơi cùng một người. Như thế là bàn đến sự nhất quán - bất nhất của các nội dung và cơ cấu bản ngã, chứ không nói đến sự nhất quán - bất nhất của chính cái tôi.

Những sự bất nhất mà chúng ta tìm hiểu trong tập sách này là những sự bất nhất bình thường (thông thường), tức là những khó khăn mà một người bình thường phải đối phó khi sống theo các giá trị mình đã chọn. Do đó, chúng ta không bàn đến những sự bất nhất trong lãnh vực tâm bệnh dành riêng cho các nhà tâm lý trị liệu như ảo giác mê sảng, sợ hãi, v.v... Đàng khác chúng ta chỉ đề cập đến những sự bất nhất trong lãnh vực ớn gọi, tức là những khó khăn thông thường liên quan đến việc theo đuổi các giá trị. Cuối cùng, chúng ta sẽ đề cập đến những sự bất nhất thuộc lãnh vực tiềm thức, tức là những điều mà chủ thể không cố ý thực hiện. Chủ thể cảm thấy sự phát triển nhân bản và tâm linh bị tắc nghẽn, ngay cả khi họ không hề có ý xấu và bất chấp ý hướng ngay lành và thiện chí của mình.

Ngay cả khi chúng ta đã quyết định sống theo một lý tưởng, thì vẫn còn những trở ngại trong việc sống theo lý tưởng đó. Nếu phải lượng định về mặt luân lý, điều chúng ta cần đánh giá là xét xem chủ thể giải quyết những sự bất nhất của mình như thế nào - ngay cả những sự bất nhất vô thức, khi họ cảm thấy mình có sự bất nhất hay nhận thấy những tác hại của chúng cách này hay cách khác.

2. Bản Chất của Sự Bất Nhất

Sự tương phản do những sự bất nhất tạo ra không đương nhiên liên lụy đến mọi cấu tạo của bản ngã; điều đó có thể xảy ra nhưng rất hoặ hiếm. Sự thường thì mọi cấu tạo không thể tương phản với mọi cấu tạo được. Ví dụ: Giữa lý tưởng mà chúng ta theo đuổi và hành vi cụ thể có một sự dính kết (nhất quán giữa cái tôi lý tưởng và cái tôi hiển thị), nhưng chúng ta khó có thể cảm nhận hành vi đó một cách sâu sắc vì các nhu cầu vô thức mà chúng ta không thể chấp nhận. Nếu không thì sự tương phản chỉ ở nơi cái tôi lý tưởng (biết mình rõ ràng, nhưng các lý tưởng thiếu thực tế hay không thực tế), hay ở nơi cái tôi hiện thực (có giá trị rõ ràng, nhưng thiếu hiểu biết mình). Các ví dụ trên muốn nói rằng những sự nhất quán - bất nhất có thể cùng tồn tại. Tùy cấu tạo bản ngã nào liên lụy đến sự bất nhất mà chúng ta có các loại bất nhất khác nhau. Tùy nội dung nào liên lụy đến sự bất nhất mà chúng ta có những phạm vi bất nhất khác nhau, mỗi phạm vi được xác định bởi mối quan hệ giữa nhu cầu và giá trị tương ứng. Ví dụ, chúng ta có thể nhất quán trong phạm vi tự lập, nhưng thiếu nhất quán trong phạm vi hoàn thành.

Chúng ta có thể nhận thấy sự nổi vượt của nhất quán hay bất nhất nơi một người. Chỉ số trưởng thành được xác lập dựa trên mối tương quan giữa các vùng mạnh và vùng yếu. Tuy nhiên, khi khẳng định rằng vùng này thì nhất quán và vùng kia thì bất nhất, chúng ta không muốn nói là giữa các vùng chẳng liên lạc gì với nhau. Hẳn chúng ta sẽ thấy rằng những sự bất nhất tiếp tục xói mòn những sự nhất quán, và với thời gian, những sự bất nhất càng ngày càng trở nên mạnh mẽ hơn. Điều đáng nói là không ai hoàn toàn nhất quán, và cũng không ai hoàn toàn bất nhất. Sự bất nhất là một phần của con người, chứ không phải toàn thể con người. Mỗi người chúng ta đều có một vùng tự do, và chúng ta có thể dựa vào đó để khám phá những sự bất nhất của mình, để có thể hạn chế những tác hại của chúng và đừng để cho những sự bất nhất khác phát triển.

Thứ đến, ít hay nhiều thì chủ thể cũng có thể nhận ra sự bất nhất của mình. Như vậy, tùy mức độ nhận thức của chủ thể mà có những cấp bậc bất nhất khác nhau. Một người có thể có nhiều sự bất nhất, và những sự bất nhất đó thuộc những cấp bậc khác nhau: Tôi nhận thấy sự mâu thuẫn của tôi (bất nhất ý thức), nhưng tôi không biết tại sao (bất nhất vô

thức). Rõ ràng là nếu chúng ta có nhiều sự bất nhất và những sự bất nhất đó thuộc tầng vô thức, thì chúng ta càng dễ bị tổn thương.

Thứ ba, không phải mọi sự bất nhất đều có cùng một tầm quan trọng đối với sự ổn định và bền bỉ của bản ngã. Trong bức tranh tổng quát và năng động của một người, tính gây hấn có thể gây ra nhiều vấn đề hơn là tính phô trương (= Tính gây hấn mạnh hơn tính phô trương), trong khi người anh, chị/em sinh đôi của mình có thể có tính phô trương mạnh hơn tính gây hấn. Như thế, tùy theo tầm quan trọng chức năng của sự bất nhất trong bức tranh tổng quát của con người, chúng ta sẽ có các mức độ quan trọng của sự bất nhất.

Loại, cấp bậc, số lượng và các mức độ quan trọng của sự bất nhất đều là những ý niệm khá khô khan. Tuy vậy, các ví dụ sau đây có thể giúp chúng ta hiểu rõ hơn:

* Trường hợp A. Giả sử một người có những giá trị rõ ràng và hành động theo các lý tưởng đó (= nhất quán giữa lý tưởng cá nhân và cái tôi hiển thị). Tuy nhiên, nếu chúng ta hỏi người đó về lý tưởng thiết chế, thì anh sẽ do dự. Anh ta buồn bã khi nhắc đến lý tưởng thiết chế, bởi vì anh đã thay đổi các lý tưởng đó rồi. Mỗi khi bề trên lên tiếng, anh phê bình và diễn giải lời bề trên để thấy ý nghĩa "thật (theo anh) ẩn khuất bên dưới những lời bề trên muốn nói. Điều đó khiến các đồng bạn bối rối và chán nản (bất nhất ý thức giữa khái niệm và đòi hỏi của vai trò).

Tìm hiểu sâu hơn, chúng ta thấy anh ta có khuynh hướng cá nhân chủ nghĩa; anh coi sự tự lập là quan trọng... và vô phúc cho ai chạm đến sự tự lập của anh ta. Các đồng bạn nói: "Anh ấy tốt, nhưng phải để anh ấy một mình Anh ta khẳng khái không thừa nhận tính cách cá nhân của mình. Đó là sự bất nhất giữa việc anh làm (sẵn sàng giúp đỡ tha nhân của cái tôi hiển thị) và điều anh cảm nhận, mặc dù anh không nhận thấy điều đó (nhu cầu tự lập của cái tôi tiềm ẩn): Đó là sự bất nhất giữa cái tôi hiển thị và cái tôi tiềm ẩn.

Vì bản ngã thì toàn diện và có cấu trúc, cho nên ba đặc điểm (sẵn sàng giúp đỡ tha nhân - chỉ trích bề trên - cá nhân chủ nghĩa) phát xuất từ một bản ngã duy nhất, đồng thời chúng soi sáng và giải thích cho nhau. Đây có thể là một cách giải thích: Khi anh ta "giải thích cặn kẽ" lời của bề trên, đó là một cách khẳng định sự tự lập của mình trong tiềm thức - một cách tiêu cực và đối lập - và sự sẵn sàng giúp đỡ tha nhân lệ thuộc một mệnh lệnh trong tiềm thức là hãy điều khiển tha nhân. Khi anh ta khẳng định mình, anh ta sẽ đề phòng đối với người khác và đồng ý với những kẻ để anh ta tự do. Anh ta sẵn sàng giúp đỡ, nhưng chỉ sẵn sàng giúp đỡ trong khuôn khổ mà anh ta đã vạch ra. Vấn đề đó không tiêu biểu cho con người toàn diện của anh ta: Có lẽ những phạm vi khác của cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng thì vẫn nhất quán, nghĩa là anh biết kiểm soát các nhu cầu và thể hiện các

giá trị của mình.

* Trường hợp B: Một loại bất nhất khác là bất nhất giữa lý tưởng cá nhân và lý tưởng tiềm ẩn. Ví dụ: Một người sống đời linh mục vì các giá trị của Đức Kitô (nhất quán), nhưng cũng để bù trừ cho nhu cầu hạ mình trong tiềm thức. Anh ta không nhận thấy mình có khuynh hướng xem mình là kẻ ti tiện: cho dù thỉnh thoảng anh cảm thấy như thế - anh mơ hồ cảm thấy mình không có giá trị... Bởi vì bản ngã thì toàn diện và nhu cầu hạ mình cũng chi phối việc anh ta chọn lựa ơn gọi linh mục (nếu nhu cầu thuộc vùng vô thức, thì ảnh hưởng của nó càng lớn), cho nên anh ta sử dụng lý tưởng để chữa trị cảm xúc tự ti của mình. Anh ta sẽ lợi dụng những đòi hỏi của vai trò vì mục đích đó, với hy vọng là vai trò sẽ chữa lành cảm xúc tự ti của mình (khái niệm về vai trò). Chỉ cần khoác lên mình chiếc áo surplis là anh ta cảm thấy mình làm chủ tình hình. Chỉ cần cầm cuốn sách nhật tụng trong tay, anh ta tưởng mình là hiện thân của cha sở họ Ars. Có lẽ những lãnh vực khác không mâu thuẫn (trong giây lát): "Cha tốt lành", "Bạn hữu quý mến cha," "Cha có đời sống nội tâm", "Cha biết hướng dẫn cộng đoàn," v.v... Tuy nhiên, anh ta không thể thấy (thậm chí cả bề trên cũng không thấy) lý tưởng của mình đang che đậy một sự đánh giá không đúng về bản thân, sớm hay muộn cũng sẽ lộ diện và đe dọa đời sống theo lý tưởng của mình.

Hai người sau đây cùng mắc chứng thủ dâm, nhưng họ sống theo những cách thức khác nhau:

* Trường hợp C: Chủ thể giải thích vấn đề thủ dâm mình như sau: "Tôi cảm thấy bất an vì việc này. Tôi giả vờ xem mình là kẻ trong trắng, nhưng tôi thấy việc thủ dâm không phù hợp với chọn lựa của mình (thủ dâm không có ích). "Khi thủ dâm, tôi cảm thấy trống vắng và hoang mang (tôi không thích thủ dâm). "Tôi đã cố gắng sửa mình và hiểu biết nó, nhưng chẳng có kết quả gì, bởi thế mà tôi đến đây. Tôi muốn biết điều gì đang xảy ra cho tôi" (tôi muốn làm một điều gì đó). Vấn đề ở đây là bản ngã xa lạ với việc thủ dâm (ego-alien).

* Trường hợp D: Chủ thể cũng thấy vấn đề của mình, nhưng qua lời anh ta nói, chúng ta thấy anh ta nhất định gắn bó với việc thủ dâm. "Tôi biết mình có lỗi nhưng chúng ta phải thông cảm chứ. Bản năng quá mạnh, và nếu tôi không chịu nhượng bộ bản năng thì chúng ta vẫn cứ đòi hỏi, khiến tôi nhức đầu và chẳng làm được việc gì (thủ dâm có lợi). "Vì thế, chúng ta đừng xem thủ dâm là thảm họa, mà nên tìm hiểu nguyên nhân của nó (thủ dâm cũng có thể mang lại thích thú). "Đôi khi tôi nghĩ rằng mỗi người đều có khiếm khuyết riêng và khiếm khuyết của tôi là thủ dâm (tôi không thể làm gì được đối với việc thủ dâm của tôi). Vấn đề ở đây là bản ngã đồng hưởng với việc thủ dâm (ego-syntonic).

Trong hai trường hợp trên, rõ ràng là việc thủ dâm đưa đến những hệ quả khác nhau.

Những ví dụ trên cho thấy sự đa dạng của bất nhất: Chỉ trích bề trên, nhận thức sai về tự lập, lý tưởng mang tính bù trừ, thủ dâm.

3. Các Loại Bất Nhất

Chúng ta không bàn đến vấn đề phức tạp là có bao nhiêu loại bất nhất và những loại bất nhất đó là gì. Chúng ta chỉ cần biết có những loại bất nhất khác nhau tùy mức độ liên hệ với những cấu tố bản ngã. Qua những ví dụ trên đây, chúng ta thấy có sự bất nhất giữa những đòi hỏi và khái niệm về vai trò, giữa cái tôi hiển thị và cái tôi tiềm ẩn (trường hợp A); giữa lý tưởng cá nhân và cái tôi tiềm ẩn (trường hợp B); và sự bất nhất của một nhu cầu (trường hợp C-D). Nếu tìm hiểu kỹ các ví dụ trên, độc giả cũng có thể khám phá ra những sự bất nhất khác...

Tóm lại, chúng ta có thể nói cách tổng quát rằng người mục tử khôn ngoan phải có khả năng phân biệt có 4 loại vấn đề chính sau đây:

a. Các vấn đề tâm bệnh.

b. Các vấn đề liên quan đến việc phát triển con người, tức là các khủng hoảng trong những giai đoạn phát triển khác nhau tùy theo lứa tuổi mà chúng ta không thể tránh.

c. Các vấn đề tâm linh chỉ liên quan đến lãnh vực giá trị. Ví dụ: Lung lạc đức tin, luân lý, v.v...

d. Các vấn đề liên quan đến sự bất nhất trong ơn gọi mà chúng ta bàn luận trong tập sách này: Đó là những trở ngại thông thường khi chúng ta hội nhập năng lực của nhu cầu và năng lực của giá trị; những trở ngại này thoát tiên thì khó thấy, nên chủ thể trông có vẻ "bình thường"

Khi đã nhận ra những loại vấn đề trên đây, người linh mục sẽ giúp đỡ tùy từng trường hợp. Các vấn đề tâm bệnh phải được chuyển đến các nhà tâm lý trị liệu hay bác sĩ tâm thần, vì đó không phải chuyên môn của linh mục. Người linh mục nên quan tâm đến những vấn đề liên quan đến quá trình phát triển của các thanh thiếu niên, khi vấn đề đó liên quan đến việc hình thành dự phóng đời sống. Các vấn đề này rất dễ phát hiện (trừ phi chúng kèm theo những vấn đề khác), và người linh mục có thể trợ giúp trong tư cách một nhà tư vấn hay một người bạn. Tuy nhiên, đối với người linh mục - nhà huấn luyện lương tâm - thì loại vấn đề số 3 và 4 mới là mối bận tâm chính yếu. Đối với vấn đề tâm linh, người linh mục đóng vai trò thầy dạy nhằm soi sáng và chỉ dạy cách sống và hành động đúng. Tuy nhiên, đối với vấn đề bất nhất trong ơn gọi, ông đóng vai trò nhà huấn luyện giúp ứng sinh tập

luyện nhân đức và phát huy sự trưởng thành. Ông không chỉ giúp đỡ bằng lời nói suông, nhưng phải hướng dẫn ứng sinh sẵn sàng đón nhận điều ông chỉ dạy: Như thế, việc trợ giúp của ông cũng thuộc lãnh vực tâm lý và không thể giao phó hoàn toàn cho nhà tư vấn tâm lý; bởi vì đó là công việc đặc trưng của linh mục (ít nữa là những linh mục có khả năng và được đào tạo làm nhà huấn luyện). Chúng ta không giải quyết vấn đề sức khỏe tâm thần, nhưng giúp ứng sinh "thống nhất" đời sống, khi họ quyết định theo đuổi một lý tưởng.

4. Những Cấp Độ Bất Nhất

Trong khi cụm từ "loại bất nhất" muốn nói đến những yếu tố đặc thù của bản ngã liên quan đến sự xung đột, cụm từ "cấp độ bất nhất" muốn nói đến mức độ chúng ta nhận biết sự xung đột. Chúng ta hãy lấy lại những ví dụ trên đây: Chỉ trích bề trên là một việc làm có ý thức (thậm chí A buồn bã khi nhắc lại việc đó và quyết tâm sửa đổi); Sự viết thường thuộc lãnh vực vô thức (A thậm chí không biết); lý tưởng có tính bù trừ cũng thuộc vô thức (B xem các thái độ phụng vụ như dấu chỉ của ơn gọi); tính dục thuộc lãnh vực ý thức, cho dù C xem thủ dâm là sự một sự xa lạ với bản ngã, còn D xem là một sự đồng hưởng của bản ngã.

Giữa những sự bất nhất đều có một đẳng cấp: Từ cấp bậc ý thức đến tiền ý thức và vô thức. Trở ngại này có thể che dấu trở ngại kia. Trong ví dụ A: Bên dưới vấn đề quyền bính chính là vấn đề tự lập. Anh A không phải là người chống đối, nhưng là người theo cá nhân chủ nghĩa, vì thế mà anh hay chống đối.

Trường hợp B: Bên dưới sự sai lầm trong việc sống ơn gọi là thiếu xác định bản thân (self-definition), vì thế mà cái tôi lý tưởng có thể bù trừ ít là một phần cho cái tôi tiềm ẩn.

Qua bốn loại vấn đề liên quan đến sự bất nhất trên đây chúng ta thấy loại thứ 4 chính là những vấn đề liên quan đến đời sống và trưởng thành tâm linh. Chúng ta dễ nhận thấy rằng vấn đề thật sự khiến chủ thể bối rối không phải là khả năng biện phân về mặt luân lý, nhưng là tâm bệnh. Tuy nhiên, người linh mục - nhà huấn luyện cũng nên biết rằng phần lớn những trở ngại trong đời sống tâm linh là biểu hiện của sự bất nhất trong ơn gọi và thuộc vùng tiềm thức. Vấn đề ở đây không phải là ứng sinh có các giá trị hay không, nhưng làm sao giúp ứng sinh hòa hợp các giá trị với các nhu cầu. Những trường hợp trên không phải là ngoại lệ, nhưng là quy luật. Yếu tố nhận thức và tinh thần quện vào nhau khấn khít. Nếu không biết quy luật đó, chúng ta sẽ mất rất nhiều thời giờ mà chẳng giúp ứng sinh tiến bộ được, và cuối cùng, để giữ lòng tự trọng, chúng ta phê phán ứng sinh thiếu quảng đại với Chúa. Nếu không hiểu bản chất đích thật của vấn đề, sự can thiệp của các nhà huấn luyện có thể làm cho vấn đề trở nên trầm trọng hơn. Nếu chống đối là phương tiện tự vệ để chống lại nhu cầu tự hạ trong tiềm thức, thì những lời huấn dụ cổ điển về lòng khiêm nhường chỉ làm

cho ứng sinh gia tăng chống đối. Đừng nghĩ rằng ứng sinh hay chống đối là vì anh ta thấy mình kém thông minh và anh ta càng cảm thấy kém thông minh thì càng thích chống đối. Để giúp anh ta khắc phục thái độ chống đối, chúng ta cần giúp anh ta nâng cao lòng tự trọng của mình.

Bởi vì những sự bất nhất được tổ chức theo cấp bậc, nên sự nhất quán này có thể che đậy một sự bất nhất khác. Về điểm này, chúng ta hãy tìm hiểu những sự nhất quán có mục đích tự vệ: Bề ngoài thì có vẻ nhất quán, nhưng trên thực tế thì nhắm đến các mục tiêu khác. Trong trường hợp B: Bề ngoài thì anh ta nhất quán với các giá trị, nhưng thật ra các giá trị đó được dùng để tự vệ; chức năng tự vệ có nhiệm vụ chặn đứng một vấn đề chưa được giải quyết mà sớm hay muộn cũng sẽ lộ ra. Rõ ràng là sự nhất quán tự vệ thì tương đương với một sự bất nhất. Trong phạm vi huấn luyện, chúng ta nên coi chừng điều này: Tất cả những gì lấp lánh không hẳn là vàng. Ngay từ đầu, chúng ta phải biết và phân định nguyên nhân của những trở ngại mà ứng sinh sẽ gặp trong cuộc sống mai sau của mình, và phải nhận diện những trở ngại đó ngay trước khi chúng được hình thành, chứ đừng để đến khi không thể thay đổi được. Ngày nay, chúng ta có thể thực hiện điều đó với một độ chính xác cao.

Nếu vấn đề của ứng sinh thuộc vùng tiềm thức, chúng ta không thể tự lừa dối mà cho rằng ứng sinh có thể giải quyết vấn đề của mình bằng những phương tiện tu đức thông thường như cầu nguyện, quyết tâm, kinh nghiệm, v.v.. ân sủng thường không chữa trị các hạn chế của bản tính cách phi thường được. Thiên Chúa muốn con người hợp tác, ân sủng hẳn không chi phối sự tự do của ứng sinh trong việc chọn sống theo lý tưởng siêu Việt, trong khi ứng sinh có những hạn chế trong tiềm thức. Ân sủng không ban cho chúng ta khả năng khắc phục các hạn chế tự nhiên thuộc tiềm thức, cho dù những hạn chế đó cản trở chúng ta thực hiện các giá trị siêu việt. Thiên Chúa là Đấng toàn năng vô biên, Người có thể làm điều đó, nhưng sự thương thì không.

5. Mức Độ Trọng Yếu (centrality) Của Sự Bất Nhất

Trường hợp C có thể giải quyết mà không cần thủ dâm; nhưng trong trường hợp B, người linh mục không thể không sử dụng phụng vụ như một hình thức tự vệ, bởi vì nếu loại bỏ phương tiện đó, ông sẽ rơi vào tình trạng yếu nhược. Trong cả 4 trường hợp, chúng ta thấy bản ngã liên lụy với sự bất nhất theo những mức độ khác nhau: Từ mức độ khó chịu, không biết, chịu đựng đến tự mãn. Có ba tiêu chuẩn để nhận ra mức độ trọng yếu của sự bất nhất.

1) Sự bất nhất là một yếu tố được xem là phương tiện cần thiết để giữ vững các mục

tiêu của thành: Vì thế, tính gây hấn được xem là trọng yếu, một khi chúng ta từ bỏ tính gây hấn, chúng ta không còn yêu mến lý tưởng, cảm thấy bị sa sút và lý tưởng không còn lôi cuốn. Đó là trường hợp những người chỉ thấy hạnh phúc trong việc sống chung với người khác (mục tiêu cá nhân) khi có đấu tranh (tính trọng yếu có thể thay đổi). Trong trường hợp D, việc thủ dâm là sự bất nhất chính, bởi vì chủ thể xem thủ dâm là một yếu tố quan trọng giúp mình hoạt động; còn trong trường hợp C, chủ thể xem thủ dâm là vô ích và vô dụng.

2) Sự bất nhất là một yếu tố quan trọng đối với lòng tự trọng. Với sự bất nhất, chủ thể có được một kết quả tích cực, cho dù yếu tố đó cản trở việc tăng trưởng của chủ thể ("tôi càng gây áp lực lên người khác, tôi càng thấy mình được trân trọng, tôi càng thấy mình là một người quan trọng"). Ở đây, ước muốn cảm tính chiếm ưu thế. Vì sự bất nhất đó được nối kết với lòng tự trọng, cho nên nó trở nên mạnh mẽ và cấp bách. Khi một nhu cầu thái độ, giá trị hay hành vi liên quan đến sự thành công hay thất bại của bản ngã, chúng được nạp thêm năng lực. Vì vẻ đẹp thể lý, tôi chấp nhận một cuộc giải phẫu thẩm mỹ đau đớn. Vì sự nghiệp, tôi có thể cam chịu những căng thẳng, nhưng nếu vì con cái mà thôi thì tôi không thể chịu đựng được. Để chứng tỏ "tôi là người có thể" tôi có thể chịu đựng tình trạng kẹt xe trong những ngày ùn tắc giao thông, để đến nơi biểu diễn thời trang. Giả như chẳng có ai ở đấy, chắc là tôi chẳng mơ đến đó. Quả là ngớ ngẩn! Tuy nhiên, người ta lại tìm thấy niềm vui trong đó.

Đàng khác, chúng ta khó duy trì những hoạt động và chấp nhận những thiếu hụt gây nguy hại cho lòng tự trọng và làm cho mình có cảm tưởng "là kẻ ngớ ngẩn." Nếu chúng ta từ bỏ một thuộc tính nào đó của bản ngã mà có nguy cơ mất lòng tự trọng, chúng ta sẽ khó từ bỏ để theo đuổi các giá trị: Giá trị được chấp nhận trong một mức độ nhất định. Nếu chúng ta cảm thấy mất lòng tự trọng khi phải từ bỏ sự lệ thuộc tình cảm, bấy giờ chúng ta sẽ bực bội khi sống một mình. Nếu tôi cần phải duy trì tính phô trương hay sự tự lập của mình, tôi sẽ dàn xếp một sự thỏa hiệp giữa việc giúp đỡ tha nhân và việc từ bỏ. Mỗi khi lòng tự trọng liên kết với một giá trị cụ thể, đồng thời liên kết với một nhu cầu đối nghịch, bấy giờ sẽ có mâu thuẫn.

3) Chủ thể thiếu khả năng tự chủ để chống lại ảnh hưởng của một thuộc tính của bản ngã, cho dù chủ thể nhận thấy ảnh hưởng tiêu cực của thuộc tính đó: "Một sự lôi cuốn không thể chấp nhận vẫn là trọng tâm của sự chú ý". Thay vì giải quyết vấn đề, người ta sẽ cố gắng biện minh bằng cách nại đến cơ chế tự vệ.

Cũng một sự bất nhất, nhưng cách vận hành và hậu quả nơi mỗi người một khác. Trước khi nhà huấn luyện muốn giải quyết một vấn đề, ông phải xét xem ứng sinh đã đối phó

với vấn đề đó như thế nào. Nếu ứng sinh có khả năng tự chủ, thì sự bất nhất đó chỉ là một tương phản nhỏ trong nội tâm và anh ta chỉ gặp một trở ngại nhỏ khi theo đuổi các giá trị.

Cũng nên lưu ý rằng những tiêu chuẩn nói trên cũng áp dụng cho sự nhất quán trọng yếu. Nếu chủ thể có một nhu cầu với ba đặc tính trên đây, chủ thể sẽ có được sự nhất quán trọng yếu trong lãnh vực này. Ví dụ: Một người có nhu cầu trợ giúp người khác khi thực thi giá trị bác ái. Nếu anh ta cảm thấy nhu cầu đó là một yếu tố quan trọng để đạt mục đích (điều kiện 1); nếu anh ta biết đánh giá năng lực của mình, anh ta sẽ cảm thấy bị thu hút bởi nhu cầu trợ giúp tha nhân (điều kiện 2); cuối cùng nếu anh ta hòa nhập nhu cầu đó với những nhu cầu khác và với hoàn cảnh bên ngoài cách thỏa đáng (thậm chí cần phải hạn chế việc trợ giúp, nếu không thì việc trợ giúp đó sẽ biến thành sự xâm phạm, và người khác sẽ không bao giờ trưởng thành), bấy giờ anh ta đáp ứng điều kiện thứ 3. Trong trường hợp đó, chủ thể nhất quán với nhu cầu trợ giúp tha nhân một cách nào đó, khiến anh ta toàn nhập các nhu cầu cách hài hòa và có khả năng hướng tới các mục tiêu của mình. Giá trị của chúng ta phải được hỗ trợ nhờ một nhu cầu hòa hợp với giá trị đó. Bởi vì cảm xúc tạo ra năng lực và sức mạnh cho ý thức, cho nên nếu giá trị được hỗ trợ bởi cảm xúc tương ứng, giá trị đó sẽ bền vững và có nhiều ảnh hưởng hơn trong đời sống tâm linh chúng ta. Mặt khác, giá trị đó còn có ảnh hưởng và sức thuyết phục hơn các giá trị không được hỗ trợ nhờ cảm xúc hay các giá trị mâu thuẫn với cảm xúc.

Bí quyết thật sự của việc huấn luyện là: Chúng ta không chỉ đề nghị với ứng sinh các giá trị và các thái độ mà phải giúp ứng sinh điều chỉnh các nhu cầu và các giá trị của mình.

E. SỰ ĐÓNG GÓP CỦA CÁC HỌC THUYẾT

Bản ngã có hai cơ cấu. Khẳng định đó là kết quả tổng hợp của những học thuyết tâm lý khác nhau. Mỗi học thuyết nghiên cứu cơ cấu này hay cơ cấu kia, nhưng đôi khi lại gây thiệt hại cho cơ cấu mà mình không nghiên cứu. Chúng tôi đã cố gắng tiếp thu nỗ lực đóng góp của các học thuyết mà không tuyệt đối hóa bất cứ học thuyết nào. Chúng tôi xem mỗi học thuyết là một phần trong quá trình tìm hiểu con người, và phải hòa nhập với cấu trúc nhân học và tôn trọng thực tế.

Để tổng hợp quan điểm của tác giả gần đây trong lịch sử tâm lý học, chúng ta có thể nhận thấy ít là hai trường phái. Trường phái thứ nhất nhấn mạnh cái tôi hiện thực, trường phái thứ hai nhấn mạnh cái tôi lý tưởng. Trường phái thứ nhất nhấn mạnh đến bản năng, trường phái thứ hai thì đề cao tinh thần hơn.

1. Trường Phái Bản Năng

Chúng ta dễ nhận ra trường phái này trong ngành phân tâm học của Freud. Theo trường phái này thì bản năng là thực tại đầu tiên và nền tảng của đời sống tâm linh, và người ta giản lược cái tôi lý tưởng với việc thăng hoa các bản năng. Các bản năng, bắt nguồn bản chất sinh học của con người, phải được tự do lưu thông. Tuy nhiên, siêu ngã - tức là lương tâm "bất nguồn" từ quyền bính của cha mẹ và xã hội - can thiệp mạnh mẽ để trấn áp bản năng mỗi khi bản năng tương phản với quyền bính, để con người khỏi bị trừng phạt và đau khổ. Người ta coi việc trấn áp bản năng là gây hấn với các bản năng của mình và là nguyên nhân của bệnh lý. Do đó người ta xếp loại con người trong hai phạm trù bệnh lý và bình thường, tùy theo sự can thiệp của cơ chế trấn áp. Theo viễn cảnh đó, người ta định nghĩa con người dựa trên cái tôi hiện thực hơn là cái tôi lý tưởng.

2. Trường Phái Duy Linh

Đối lập với trường phái trên đây, trường phái duy linh gồm những nhà tâm lý học vĩ đại như Franks, Daim và Caruso. Theo trường phái này, con người tiên vãn là tinh thần và phải làm cho tầng vô thức trở nên ý thức. Con người phải ý thức trong mọi hoạt động của mình và phải chế ngự các bản năng. Bản năng là phần kém cao quý và lôi kéo con người đi xuống. Nhượng bộ bản năng là trấn áp tinh thần và là một hành vi luân lý sai trái, cuối cùng sẽ đưa tới rối loạn thần kinh. Caruso, người sáng lập khoa "tâm lý học chiều sâu," cho rằng người rối loạn thần kinh thì giống như kẻ bám vào một điều tương đối. Người ta chỉ có thể chữa trị cho người rối loạn thần kinh, khi bệnh nhân tìm thấy Đấng Tuyệt Đối như khuynh hướng tự nhiên của họ là hướng về Đấng Tuyệt Đối. Các tác giả này mặc nhiên cho rằng con người luôn luôn tự do trong việc chọn lựa giữa nhân đức và tội lỗi. Trong mọi trường hợp, chính cái tôi lý tưởng đem lại căn tính cho con người chứ không phải cái tôi hiện thực.

Nếu đứng độc lập, hai trường phái trên không thể nào hiểu rõ tính chất phức tạp của con người, bởi lẽ các phạm trù mà họ đề xuất bộc lộ những hạn chế sau đây:

a. Hai trường phái trên đều đưa ra những hành động cực đoan của con người mà không xét đến khả năng có những tình trạng trung gian.

Ranh giới giữa bệnh lý và tình trạng bình thường không cứng nhắc đến thế. Có những trường hợp gọi là "rối loạn nhân cách (như hoang tưởng, chứng hysteria và khuynh hướng ái kỷ), chúng không phải là tâm bệnh, nhưng chỉ làm cho con người mất đi một phần tự do. Bên cạnh đó, những khía cạnh và vùng khác nhau của bản ngã có thể cùng tồn tại một cách ít nhiều bình thường. Cũng vậy, phân loại hành vi luân lý một cách cứng nhắc như thế có vẻ không hoàn toàn chính xác: Có những trường hợp trách nhiệm được giảm thiểu, không chỉ trong trường hợp cực đoan như bệnh lý, mà ngay cả khi con người không ý thức đầy đủ

động lực thúc đẩy mình hành động. Như chúng ta đã thấy, vô thức là một cấu tổ thường hằng của tâm thần và chi phối hành động của chúng ta.

b. Hai trường phái trên đều theo chủ nghĩa nhất nguyên (monistic)

Cả hai trường phái trên chỉ chấp nhận một nguyên lý thúc đẩy hành động mà thôi: Hoặc là các bản năng, hoặc là các giá trị. Vì nguyên lý độc nhất đó, người ta không chấp nhận có nhiều động cơ bắt nguồn từ những nguồn năng lực khác nhau cùng tồn tại. Vì thế, người ta tỏ ra cứng nhắc trong việc xác định ranh giới của tự do, trách nhiệm và bệnh lý. Dựa trên những khám phá mới đây của khoa tâm lý học chiều sâu, chúng ta có thể nhận ra ba chiều kích của tự do (chứ không phải hai):

- Chiều kích I: Tự do đầy đủ, khi con người ý thức các hành động và các động cơ của mình.
- Chiều kích II: Tự do tương đối, khi con người không ý thức đầy đủ.
- Chiều kích III: Thiếu tự do, khi con người thiếu ý thức vì ảnh hưởng của những năng lực vô thức mà người ta không thể kiểm soát được.

Với chiều kích II, tất cả các phạm trù - triết học, đạo đức học, tâm bệnh học - càng trở nên mờ nhạt hơn. Vì thế, chúng ta có thể nói đến các mức độ tự do, chứ không phải tình trạng có tự do/ không có tự do; các mức độ ý thức thiếu chủ ý và những sự bất nhất không do bệnh lý. Với chiều kích I, chúng ta thấy có một tiến trình giảm trừ bản chất - hành động của con người, không do các yếu tố bệnh lý (chiều kích III), nhưng do quá trình từ từ ổn định của vô thức. Chúng ta có thể nói đến phạm trù tội lỗi/ nhân đức ở chiều kích I, chứ không phải ở chiều kích III. Chúng ta cũng có thể nói đến tâm bệnh ở chiều kích III, chứ không phải ở chiều kích I. Chiều kích II nằm ở vị trí trung gian, cách biệt đồng đều với hai chiều kích kia và do đó, chúng ta nên nói đến "các mức độ tự do khác nhau.. "

c. Lại nữa, mỗi trường phái hầu như tuyệt đối hóa quan điểm của mình và phớt lờ quan điểm khác.

Chẳng hạn, thuyết phân tâm học không quan tâm đến tầm quan trọng của tinh thần con người, như thể tinh thần chỉ là sản phẩm phụ. Nếu mọi sự là kết quả của một năng động tiềm ẩn và không ngừng thôi thúc, thì con người đâu còn trách nhiệm luân lý. Còn trường phái duy linh thì xem tội lỗi và rối loạn thần kinh là hai thực tại hoàn toàn khác biệt. Điều đó dường như cũng không đúng.

Từ đó chúng tôi muốn khẳng định rằng khi bản ngã xác lập các chức năng vị lợi và tự vệ, không phải lúc nào bản ngã cũng bộc lộ phần tốt hơn của mình, nhưng bản ngã có thể

biểu lộ một điều gì đó thiếu nhất quán. Tuy nhiên, điều đó không huỷ bỏ sự hiện hữu đặc biệt và độc lập của cái tôi lý tưởng. Chỉ dựa vào cấu trúc này hay cấu trúc kia mà thôi thì không đủ để giải thích tình trạng bình thường hay bệnh lý, bởi lẽ khái niệm bình thường hay bệnh lý không chỉ xác định sự hoạt động / không hoạt động của các cơ cấu, nhưng còn định rõ sự hòa hợp / không hòa hợp giữa các cơ cấu nữa. Bình thường hay bệnh lý là những khái niệm dựa trên mối tương quan giữa các cơ cấu.

Đây không phải là một phương pháp chiết trung mơ hồ nhằm nối kết các yếu tố tích cực của các học thuyết lại với nhau, và dung hòa những điểm bất đồng giữa các tác giả. Đúng hơn, đây là một phương pháp có thể gọi là phương pháp di truyền học và toàn diện (genetic và global). Một mặt, phương pháp này cố gắng khảo sát nguồn gốc và hành vi của con người, mặt khác thì tìm hiểu con người toàn diện trong một viễn ảnh đa chiều. Bởi đó, chúng ta cần sự đóng góp của các học thuyết. Mục tiêu của chúng tôi là đưa ra một viễn ảnh về con người, quan tâm đúng mức đến các yếu tố nội tâm và tìm cách giải thích tính phức tạp của con người: Đó là một viễn ảnh nhân học toàn nhập. Toàn nhập không chỉ là phân tích động lực thúc đẩy của hành động, nhưng còn tìm hiểu sự tương tác giữa các động lực với nhau. Để toàn nhập, chúng ta cũng phải nhận ra mối quan hệ giữa nội dung và quá trình thúc đẩy của động lực. Vì lẽ đó, nếu cho rằng hành động chỉ có một quá trình thúc đẩy mà thôi, thì luận điểm đó hình như không thỏa đáng. Để tìm hiểu mạng lưới tương quan phức tạp giữa nội dung và những khía cạnh chức năng, học thuyết nghiên cứu toàn bộ cơ cấu và nội dung bản ngã có lẽ là học thuyết có nhiều triển vọng hơn cả.

Khi quả quyết bản ngã có hai cơ cấu cơ bản, chúng ta muốn thiết lập một nhân học tách biệt với hai trường phái trên. Căn cứ trên hai cơ cấu đó, chúng ta có thể nói con người sống trong hai thế giới cùng một lúc: Thế giới của các giá trị và thế giới của thực tế. Thế giới giá trị nói đến sự tuyệt đối, tinh thần, siêu việt, bất tử. Thế giới thực thể nói đến sự tương đối, vật chất, nhu cầu. Vì vậy, con người vừa mở lòng ra đón nhận sự tuyệt đối, vừa bị giới hạn vì sự tương đối. Đó là một nghịch lý nơi con người: Vừa vị tha, vừa quy ngã.

Như vậy, khi chúng ta nghiên cứu con người, chúng ta phải đối diện với sự nghịch lý đó và tìm hiểu xem con người có thể hội nhập những khía cạnh mâu thuẫn của bản ngã như thế nào: Nhận biết và chấp nhận sự hạn hẹp của mình (cái tôi hiện thực), ngõ hầu biến trái đất này thành môi trường giúp phát triển các giá trị (cái tôi lý tưởng); thể hiện mình bằng cách tự siêu việt, và chiến thắng chính mình để thể hiện tính độc đáo của mình. Nếu chúng ta xây dựng bản thân mà chỉ dựa trên một cơ cấu bản ngã mà thôi, bấy giờ chúng ta làm cho mình trở nên "nghèo nàn." Nếu khoa tâm lý học cũng chỉ nghiên cứu một loại người như thế, bấy giờ nó cũng rơi vào khuynh hướng "giảm trừ". Một bên là tâm lý học giản lược hóa của

trường phái bản năng, phủ nhận cuộc sống lý tưởng là cuộc sống đích thật, nhân danh bản chất tâm lý-xã hội bẩm sinh của con người. Bên kia là trường phái duy linh, vì muốn bảo vệ khía cạnh siêu việt của các giá trị nên đã phủ nhận hay không quan tâm đến yếu tố nhân loại mà các giá trị đó phải tháp nhập vào.

Viễn ảnh về con người toàn diện cho chúng ta thấy rằng con người tự mình có khả năng sống theo các giá trị và cũng có những nội dung và qui trình có thể gây trở ngại cho sự phát triển. Tất cả những điều đó đều thuộc về cùng một bản ngã duy nhất.

Sơ đồ sau đây tóm tắt những khía cạnh của bản ngã.

Bảng V: NHỮNG NÉT CHÍNH YẾU CỦA PHẦN I

Các cấp bậc đời sống tâm linh	Tâm – thể lý	Tâm lý – xã hội	Lý tính – tinh thần
Các cấp độ ý thức	Vô thức	Tiền – Ý thức	Ý thức
Cách thức hoạt động	Ước muốn cảm tính: quy ngã	Ước muốn lý tính: siêu việt bản ngã	
Nội dung	Nhu cầu	Thái độ	Giá trị
Cấu trúc	Cái tôi hiện thực		Cái tôi lý tưởng
-> Hướng tới sự Phát triển Trưởng thành			
-> Phương pháp Di truyền - Toàn diện			

KẾT LUẬN: LÒNG TỰ TRỌNG



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 1. CON NGƯỜI NỘI TÂM](#)

Trong khi tìm hiểu con người, chúng ta đã đi từ bên ngoài đến trung tâm của con người: Bản ngã.

Nhìn từ bên ngoài, chúng ta thấy rằng con người được xây dựng dựa trên 3 cấp bậc của đời sống tâm linh. Con người quyết định về đời sống tâm linh của mình dựa trên 2 quá trình hay 2 cách thức hành động. Con người được cấu thành dựa trên các yếu tố ý thức, tiền ý thức và vô thức.

Để tìm hiểu nguyên nhân của những cấu tố trên đây, chúng ta đã đi vào một viễn ảnh có tính nội tâm hơn. Con người có các nhu cầu, thái độ và các giá trị. Đó là các nội dung của 2 cơ cấu (cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng), nhờ đó mà con người nhận ra mình.

Như vậy, chúng ta đã đi từ những biểu lộ của con người đến bản chất của con người. Bản chất là lý do giải thích tại sao chúng ta biểu lộ mình như thế này chứ không phải như thế khác. Một cách hành động nhất định liên quan đến một lối sống nhất định và lối sống được thể hiện qua một cách hành động nhất định.

Chúng ta trải nghiệm tất cả những điều đó qua lòng tự trọng. Căn tính là một khái niệm, nhưng tự trọng là một kinh nghiệm.

Tự trọng là một nhu cầu rất tự nhiên và thiết yếu đến nỗi một số nhà tâm lý đã xem lòng tự trọng là nền tảng của nhân cách.

Nếu không có lòng tự trọng, cuộc sống sẽ gặp trở ngại, có lẽ không thể sống. Khi chúng ta cảm thấy bất tài thấp kém hơn người khác, và mỗi tình huống trong cuộc sống đều là một mối đe dọa, bấy giờ chúng ta sẽ rút vào vỏ ốc của mình hay nạy đến cơ chế tự vệ để tự lừa dối là chúng ta không phải như thế. Trái lại, lòng tự trọng làm phát sinh một sự an tâm và tự tin nhất định, đó là những yếu tố cơ bản giúp chúng ta đối phó với các nhiệm vụ trong cuộc sống và trong quan hệ với người khác: Chỉ khi nào chúng ta cảm thấy an tâm với mình, chúng ta mới có thể tự do trao ban và yêu thương. Bấy giờ chúng ta mới có thể từ bỏ và hy sinh mạng sống mà không cần đến bất cứ sự tự vệ hay sự trợ giúp giả tạo nào để

duy trì căn tính của mình.

Đề tài này phức tạp, nên chúng tôi chỉ giới thiệu tổng quát trong phần kết luận này. Lòng tự trọng là một đề tài xuất hiện qua toàn bộ cuốn sách.

Theo ý kiến chung của các nhà tâm lý, để giải quyết vấn đề tự trọng, chúng ta phải có khả năng đánh giá mình một cách thiết thực, sự đánh giá đó về cơ bản phải tích cực và vững chắc. Vì thế, chúng ta cần tìm hiểu những yếu tố mới: Biết mình một cách khách quan (điều kiện cơ bản), khả năng đánh giá đúng về mình (nguồn gốc của lòng tự trọng), sự căng thẳng lành mạnh nhằm hướng tới sự thiện - giá trị (thể hiện lòng tự trọng), và hội nhập những điều tiêu cực vào cuộc sống mình (sự viên mãn của lòng tự trọng). Bây giờ, chúng ta hãy khảo sát những yếu tố trên đây.

A. BIẾT MÌNH MỘT CÁCH KHÁCH QUAN

Chúng ta biết mình cách khách quan, khi chúng ta có khả năng nhận biết các cấu tố của bản ngã mình, từ cái tôi hiển thị đến lý tưởng cơ chế.

Chúng ta tưởng là đã biết mình đầy đủ, thậm chí xem đó là chuyện tất nhiên. Chúng ta nghĩ không ai biết mình rõ hơn chính mình, bởi vì chúng ta là người liên quan trực tiếp. Điều đó chỉ đúng một phần: Các công trình nghiên cứu chuyên sâu cho thấy rằng những người học thức và thông minh thường nghĩ rằng họ biết mình đầy đủ như thể có một sự tương đương giữa chỉ số IQ và biết mình. Thậm chí khoa chẩn đoán tâm lý và tâm lý trị liệu vẫn hy vọng những người có lý tưởng cao đẹp sẽ biết mình hơn. Tuy nhiên, những công trình nghiên cứu của Rulla và các cộng tác viên cho thấy không phải lúc nào chúng ta cũng biết mình như vậy: Qua một cuộc thăm dò những tu sĩ trẻ bắt đầu giai đoạn tập viện hay thần học, người ta thu được kết quả là có đến 80% nam và 87% nữ không biết một phần hay hoàn toàn không biết sự xung đột chính của họ (tức là cái tôi tiềm ẩn).

Một công trình nghiên cứu tương tự (nghiên cứu theo chiều dọc) đưa ra một số liệu còn ấn tượng hơn nữa: Sau 4 năm thụ huấn, 83% người nam và 82% người nữ vẫn chưa biết những nhược điểm tâm lý quan trọng của mình.

Biết mình mà không biết cái tôi tiềm ẩn (phạm vi D trong cửa sổ Johari) thì vẫn còn phiến diện, chủ quan và thường lệch lạc, bởi vì cái tôi tiềm ẩn vẫn tiếp tục tác động. Thế nhưng, vì người ta không biết cái tôi tiềm ẩn, nên đã không thể thẩm định các phương thức hành động và ảnh hưởng của nó. Lòng tự trọng phải trả giá đắt cho sự khiếm khuyết này. Theo ý kiến chung, nhưng rất ngây ngô, thì việc phớt lờ cái tôi tiềm ẩn ít nữa cũng giúp duy trì lòng tự trọng (nhất là khi có xung khắc) và bảo vệ bản thân khỏi những nhận thức khó

chịu. Qua công trình nghiên cứu nói trên, thì ý kiến đó rõ ràng không đúng. Trên thực tế, 70-75% ứng sinh nói trên cũng gặp những vấn đề nghiêm trọng vì thiếu tự tin (thiếu tự tin là hậu quả hiển nhiên của lòng tự trọng không đủ tích cực).

Biết mình một cách khách quan hẳn là điều kiện cơ bản của lòng tự trọng đích thực: Không biết mình đầy đủ sẽ đưa đến sự tự trọng giả tạo hay chẳng tự trọng gì hết.

Cái tôi tiềm ẩn thường là phạm vi gây ra nhiều trở ngại cho việc biết mình và tự trọng: Lý do thì quá rõ và chúng ta đã trình bày rồi. Tuy nhiên, cùng với trở ngại có tính "di truyền" của cái tôi tiềm ẩn, thì trước đây còn có một giả định sai lầm (bắt nguồn từ Freud) cho rằng vô thức thì xấu và như thế, cần phải loại bỏ hay phớt lờ đi. Bởi vì chúng ta sợ nhận ra sự đòi hỏi trong con người mình, chúng ta cũng đánh mất cơ hội hiểu biết những mặt tích cực của cái tôi hiện thực cũng như cái tôi tiềm ẩn nơi chúng ta và nơi mọi người.

Trong việc biết mình, chúng ta cần nhìn nhận sự đồng-hiện diện của hai cơ cấu bản ngã: Đó là cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng. Không một mình cơ cấu nào có đủ khả năng để định nghĩa con người, vốn được cấu tạo bởi các nhu cầu và giá trị. Như thế, sự hiểu biết một chiều về con người ắt bị loại bỏ. Ai bóp nghẹt lời mời gọi của các giá trị hay chỉ dựa trên các lý tưởng để xây dựng bản thân mà quên đi các nhu cầu của mình, thì không thể biết mình một cách khách quan.

Một điều kiện cơ bản khác là sự quân bình hợp lý giữa cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng. Cần phải phân biệt giữa điều chúng ta nghĩ mình là gì và điều chúng ta nghĩ mình phải là gì. Không thể đồng hóa cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng; cũng không thể đặt chồng lên nhau: Làm như thế, chúng ta sẽ không tận dụng được sự căng thẳng giúp chúng ta vươn tới những giá trị đúng đắn, biến năng động tinh thần của chúng ta thành hành động. Đáng khác, khoảng cách giữa hai yếu tố đó không được quá lớn và không thể vượt qua được, nếu không thì sẽ làm tiêu tan xu hướng tự nhiên của con người là hướng tới sự tăng trưởng và trưởng thành.

Giữa cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng phải có một khoảng cách tối ưu - thực tế và có thể đạt được. Biết mình đầy đủ và khách quan là điều kiện để làm cho căn tính trở nên bền vững, khi căn tính đặt nền tảng trên những cơ cấu bám rễ trong nhân cách.

B. KHẢ NĂNG ĐÁNH GIÁ MÌNH LÀ AI (Cái tôi hiện thực)

Đó là một sự đánh giá tích cực về mình. Tự bản chất, con người được phú ban những quà tặng tự nhiên và khả năng bẩm sinh, mà quà tặng đầu tiên là sự sống. Vì thế, chúng ta phải khám phá lòng tự trọng hơn là chiếm đoạt, tìm thấy lòng tự trọng nơi mình hơn là từ

bên ngoài. Quả thật, lòng tự trọng bắt rễ trong sự tích cực "cấu tạo" (constitutional). Lòng tự trọng đã được "khắc ghi" trong bản chất chúng ta và cũng là hạt giống mà chúng ta phải làm cho phát triển. Lòng tự trọng không bao giờ mất, ngay cả khi con người phủ nhận hay phớt lờ nó. Thế nhưng, chúng ta thường hành động ngược lại. Chúng ta đi tìm lòng tự trọng ở bên ngoài: từ người khác, từ chức vụ, từ thành quả... Lòng tự trọng không phải là một đặc ân dành riêng cho một số người may mắn, có năng khiếu đặc biệt, gặt hái hết thành công này đến thành công khác trong đời và ít nhiều nổi tiếng. Nếu như thế thì đâu có công bằng. Có lẽ đó không phải là lòng tự trọng đích thật. Trái lại, lòng tự trọng là một quà tặng của Tạo hóa, nằm trong tầm tay mọi người, ngay cả những kẻ không có chút tài năng hay của cải gì. Điều kiện duy nhất là làm sao biết mình một cách thiết thực và đánh giá cao bản chất của mình.

Nghĩa là chúng ta cần phân biệt điều cốt yếu (gắn liền với bản chất chúng ta) với điều không cốt yếu, hay với điều ít cốt yếu (tức là nhận biết mình trên cấp bậc lý tính - tinh thần), và có khả năng tận hưởng sự thiện cốt yếu trong chúng ta. Nếu chúng ta chỉ có nhận thức lý tính mà thôi thì chưa đủ, chúng ta còn phải có một sự nhạy bén tích cực để có thể vui hưởng sự phong phú của mình. Bên cạnh quà tặng sự sống, những yếu tố sau đây cũng là thành phần làm nên bản chất chúng ta: Khả năng bẩm sinh trong việc tự siêu việt để yêu thương tha nhân, cách biểu lộ độc đáo của mình, khao khát chân lý... và đối với người tín hữu, thì đó là địa vị làm con Thiên Chúa. Những quà tặng đó được ban cho chúng ta cách nhưng không và là nguồn gốc của lòng tự trọng. Chúng ta có lòng tự trọng khi chúng ta biết tận hưởng những quà tặng chính yếu, không băn khoăn lo lắng về những điều thiện phụ tùy (tri thức, nghệ thuật, đạo đức) mà chúng ta chỉ sở hữu một cách tương đối. Nếu lòng tự trọng thật sự phát sinh từ bên trong, thì đó là con đường duy nhất giải thoát chúng ta khỏi bị lệ thuộc vào sự tán thưởng của người khác (dễ thay đổi) và những lý tưởng viễn vông (vẫn không bao giờ thỏa mãn). Để các ứng sinh có lòng tự trọng, chúng ta cần huấn luyện họ biết nhạy cảm và đánh giá đúng cái tôi hiện thực của mình.

C. SỰ CĂNG THẲNG LÀNH MẠNH HƯỚNG TỚI SỰ THIỆN (Cái tôi lý tưởng)

Yếu tố thứ 3 liên quan đến cái tôi lý tưởng, và mối tương quan giữa cái tôi lý tưởng và cái tôi hiện thực. Cái tôi hiện thực, dù xét dưới góc độ cấu trúc hay hiện sinh, đều không đủ khả năng tạo nên lòng tự trọng. Cái tôi hiện thực chỉ là mầm mống của sự tích cực và lệ thuộc những ảnh hưởng tích cực hay tiêu cực của cái tôi tiềm ẩn. Con người cần phải hướng đến sự hoàn thiện bản thân, và phát huy trọn vẹn mầm mống ấy. Đáng khác vì lòng tự trọng là một khái niệm năng động, cho nên lòng tự trọng không chỉ cốt tại việc chúng ta suy tư về mình: Chúng ta không thể ý thức tích cực về bản thân mà chỉ dựa trên triển vọng

và lý thuyết. Xét như một năng động, lòng tự trọng gồm có những yếu tố sau đây:

1. Nhận Ra Sự Thiện Đích Thật và Toàn Diện, và Phát Huy Điều Thiện Đó Đến Mức Viên Mãn

Cụm từ "sự thiện đích thật" không có ý nói đến sự thiện nội tại (tức là sự thiện tuyệt đối mà mọi người phải thực hiện và không thực hiện là một điều xấu), nhưng là sự thiện "đối với tôi," tức là sự thiện tương ứng với hoàn cảnh sống của một con người cụ thể (điều tôi phải làm trong hoàn cảnh cụ thể). Còn cụm từ "sự thiện toàn diện" muốn nói đến sự thiện đáp ứng nguyên tắc toàn diện. Nếu một người cha làm việc cật lực để kiếm tiền và không còn thời giờ để chuyện trò với con cái, bấy giờ ông theo đuổi một sự thiện bất toàn. Và khi có thời gian rảnh rỗi, nếu ông không nói chuyện với con cái mà dấn thân vào những hoạt động khác, ngay cả những hoạt động tốt đẹp và đầy nhân ái, bấy giờ ông theo đuổi một sự thiện biểu hiện bên ngoài. Khi chúng ta chọn một lý tưởng không hòa hợp với sự thật của bản ngã và/ hay với bản chất toàn diện của chúng ta, bấy giờ lòng tự trọng bị tổn thương. Lòng tự trọng bị tổn thương không những khi chúng ta chọn điều xấu (một điều tương đối hiếm), nhưng cả khi chúng ta chọn một sự thiện bất toàn hay sự thiện biểu hiện bên ngoài.

Dựa trên những gì đã bàn trong các chương trước và nhất là trong chương này, những chọn lựa đó có thể được thực hiện trong những trường hợp sau đây: Khi chúng ta chọn một sự thiện kém hơn khả năng của chúng ta làm lý tưởng cho cuộc sống; và khi chúng ta chọn một sự thiện khách quan không phải vì giá trị nội tại của nó, nhưng vì một lợi lộc cá nhân không ăn khớp với các giá trị, nói cách khác, khi chúng ta dùng thái độ để phục vụ cho chức năng vị lợi và tự vệ. Trong những trường hợp.. cái tôi lý tưởng phóng chiếu một phần cái tôi tiềm ẩn: Cái tôi lý tưởng phát xuất từ lô-gic quy ngã hơn lô-gic siêu việt, và từ nhận thức hạn hẹp hơn về thực tại và sự thiện. Nếu chỉ có sự thiện biểu kiến hay sự thật bất toàn mà thôi, chúng ta không thể xây dựng lòng tự trọng. Người cha kia bận rộn với công việc và giao tiếp với người khác, nhưng quên bằng con cái. Ông làm thế để thỏa mãn những nhu cầu của mình (khẳng định mình, tình bạn, thành công...) và có lòng tự trọng trong chốc lát. Tuy nhiên, bởi vì ông xao lãng điều thiết yếu và toàn diện hơn, nên lòng tự trọng của ông dễ tổn thương, nghĩa là lòng tự trọng của ông thiếu kiên định và lệ thuộc sự tán thưởng của người khác. Có thể nói rằng lòng tự trọng hoạt động như một điệp viên dò xét tính chân thực của chúng ta. Nếu chúng ta không nhận biết sự thiện đích thật và toàn diện, chúng ta vẫn còn gặp những vấn đề liên quan đến hình ảnh bản thân.

Đến đây, có lẽ chúng ta đã thấy được hình ảnh con người như đã mô tả trên đây. Duy sự căng thẳng siêu việt mới cho chúng ta có khả năng đánh giá mình cách tích cực. Lòng tự

trọng là hoa quả không chủ ý của một ý định siêu việt: Lòng tự trọng thì tự động và tự phát, chứ không phải do chúng ta tìm kiếm. Qua công trình nghiên cứu của Rulla và các cộng sự viên, chúng ta thấy tỷ lệ những người nản chí gần tương đương với tỷ lệ những người bất nhất nói chung, tức là những người quy ngã cách này hay cách khác, quy về sự thiện biểu hiện bên ngoài hay sự thiện bất toàn. Có thể nói ai quá bận tâm về mình và lòng tự trọng của mình, kẻ ấy có một hình ảnh bản thân nghèo nàn.

2. Khoảng Cách Tối Ưu Giữa Cái Tôi Hiện Thực và Cái Tôi Lý Tưởng

Trong phạm vi này, chúng ta thường gặp hai nguy cơ: Một là khoảng cách quá lớn, hai là không có khoảng cách. Nguy thứ nhất: Khi chúng ta chọn một lý tưởng rất cao cả, nhưng hầu như bất khả thi, hay khi chúng ta thiếu tin tưởng cái tôi hiện thực của mình và cho rằng mình không có khả năng vươn tới một lý tưởng cao hơn (hoặc là vì cái tôi lý tưởng quá cao hoặc là vì cái tôi hiện thực quá thấp). Nguy cơ thứ hai: Khi chúng ta nghĩ là mình đã đạt tới cái tôi lý tưởng rồi, bởi vì chúng ta làm lẫn giữa nhận thức và chọn lựa giá trị với khả năng sống giá trị đó cách thống nhất; hay khi chúng ta có một lý tưởng sống có tính chiều ngang và kém khơi gợi, đến nỗi chúng dễ đồng hóa "tôi là gì" với "tôi phải là gì" (một cái tôi hiện thực tự mãn hay một cái tôi lý tưởng thực sự không tồn tại).

Trong cả hai trường hợp nói trên, chúng ta đặt những cấu tố của cái tôi trong tình trạng bất động: Trong trường hợp thứ nhất hay trường hợp thứ hai, chúng ta đều không hướng tới sự thiện - giá trị. Trong trường hợp thứ nhất, chúng ta không hy vọng sẽ đạt tới sự thiện-giá trị; còn trong trường hợp thứ hai, chúng ta lại đinh ninh là đã đạt tới sự thiện-giá trị rồi. Nếu không có chuyển động thì không thể giải quyết vấn đề lòng tự trọng được: Trong trường hợp thứ nhất, chúng ta nghi ngại và thoái lui khỏi xã hội; còn trong trường hợp thứ hai, chúng ta tự mãn cách giả tạo và xâm phạm người khác.

"Khoảng cách tối ưu" là một khái niệm khó định nghĩa chính xác. Chúng ta có thể nói cách khiêm tốn rằng: "Khoảng cách tối ưu" giữa cái tôi hiện thực và cái tôi lý tưởng vừa là một khoảng cách mà chúng ta có thể đạt được, vừa là một khoảng cách mà chúng ta không bao giờ đạt được hoàn toàn; bởi vì sự thiện-giá trị tự bản chất là điều bất khả thấu đạt. Do đó, một mặt sự thiện-giá trị ví như một thỏi nam châm cực mạnh lôi kéo chúng ta về phía trước để thưởng thức - biết giá trị. Mặt khác; sự thiện-giá trị dần dần bộc lộ những đòi hỏi và lôi cuốn chúng ta mạnh mẽ hơn. Khoảng cách tối ưu được xác định nhờ sự quân bình năng động giữa hai chiều hướng đối lập: Có thể đạt tới / không thể đạt được; thu hút / đòi hỏi khát khe. Các chiều hướng đó không gì khác hơn là những đặc tính của giá trị như Frank đã phác thảo.

Về phương diện chức năng, cái tôi hiện thực tiếp nhận lời mời gọi của cái tôi lý tưởng và cố gắng vươn tới cái tôi lý tưởng; nhưng khi chúng ta tiến gần sự thiện- giá trị, chúng ta cảm thấy sự thiện-giá trị càng ngày càng cách xa hơn. Nói cách khác, nếu chúng ta sống trên cấp bậc cái tôi hiện thực, đồng thời khám phá ra ý nghĩa và vẻ đẹp của lý tưởng, chúng ta càng hiểu rõ những đòi hỏi cụ thể của lý tưởng đối với cuộc sống, và tìm thấy những hình thức mới để thực hiện lý tưởng. Do đó, khi cái tôi hiện thực tiến triển, cái tôi lý tưởng cũng tiến lên phía trước: Đó là sự phát triển của con người "toàn diện" (nguyên tắc toàn diện) và nhờ đó mà lòng tự trọng cũng tăng trưởng theo. Con người được phát triển toàn diện không phải vì sự can thiệp đặc biệt từ bên ngoài, cũng không phải là một quà tặng phi thường của thiên nhiên, nhưng vì chúng ta biết tôn trọng quy luật cơ bản giữa các cấu trúc. Tuy nhiên, lòng tự trọng không phải là một năng khiếu tự phát hay một khái niệm tĩnh. Để đánh giá mình cách tích cực, chúng ta phải ý thức là chúng ta không chỉ cư mang các giá trị, mà còn phải thực hiện các giá trị. Chỉ khi nào chúng ta có một căn tính bảy giờ chúng ta mới có khả năng thực hiện các giá trị. Các giá trị sẽ mang đến cho chúng ta một lòng tự trọng bền vững và tích cực.

D. TOÀN NHẬP NHỮNG ĐIỀU TIÊU CỰC TRONG ĐỜI SỐNG

Chúng ta phải thực tế khi tự khẳng định và sự khẳng định đó phải căn cứ trên toàn thể con người. Nếu sự tiêu cực là một cấu tố bình thường của con người, lòng tự trọng nhất thiết phải đối phó sự tiêu cực đó. Chúng ta có thể nói rằng chấp nhận sự tiêu cực là bằng chứng của lòng tự trọng. Vấn đề này rất phức tạp và vượt ngoài phạm vi tâm lý học. Bởi đó, chúng ta chỉ xem xét một vài cấu tố dưới sự soi sáng của khoa tâm lý học.

Có nhiều loại tiêu cực trong đời sống con người và mỗi một loại tiêu cực có một cách hòa nhập riêng.

Trước hết là tiêu cực thể lý. Sự tiêu cực này gắn liền với sự giới hạn của con người. Khi thể lực con người suy giảm, thì khả năng hoạt động cũng bị hạn chế, cho đến khi con người chạm tới điểm tận cùng mà con người không sao tránh được, đó là cực điểm của sự giới hạn.

Con người hoàn toàn ý thức về giới hạn này: Chấp nhận giới hạn đó như một sự khắc nghiệt chung cho hết mọi người. Người ta có thể khước từ, nguyên rủa hay phủ nhận sự giới hạn của mình nhờ "các biểu tượng bất tử" (văn hóa, quyền lực trong xã hội, kỹ thuật, tiền bạc, sùng bái anh hùng và siêu sao). Khi người ta đi tìm sự bất tử theo cách đó - thậm chí là sai lầm và có lẽ là vô thức -, thì quả đúng như lời tuyên bố của Ronco: "Chủ thể lãnh mạnh.. phải hy vọng mình sẽ trưởng thành.. nhất là hy vọng rằng sự sống sẽ bất diệt. Nhờ

niềm hy vọng đó, con người có thể toàn nhập sự tiêu cực vốn làm cho sự sống thể lý bị hạn chế và ảnh hưởng xấu đến hình ảnh bản thân.

Chúng ta toàn nhập sự tiêu cực như thế nào là tùy mình thường sống trên cấp bậc nào, bởi vì căn tính chúng ta cũng lệ thuộc cấp bậc đời sống. Nếu chúng ta thường sống trên cấp bậc 1, chúng ta ắt sẽ liên kết lòng tự trọng với những khía cạnh nhất định của cấp bậc 1 (sức khỏe, khả năng thể lý...). Bây giờ, chúng ta sẽ rất khó chấp nhận những gì có thể cản trở hay ảnh hưởng tiêu cực đối với sự thiện tương đối mà chúng xem là tuyệt đối. Trong trường hợp đó, chúng ta không hội nhập (hay ít hội nhập) sự tiêu cực thể lý và gặp vấn đề về lòng tự trọng.

Những ai sống trên cấp bậc tâm lý-xã hội cũng gặp trở ngại tương tự.

Trái lại, nếu chúng ta sống trên cấp bậc lý tính, nhất là khi chúng ta hành động nhờ khả năng siêu việt, thì trên lý thuyết, chúng ta có điều kiện mang lại ý nghĩa cho sự tiêu cực thể lý và hy vọng sẽ toàn nhập được sự tiêu cực đó. Quả thực, chính trên cấp bậc lý tính mà chúng ta còn khám phá ra những giá trị khác. Chúng ta tôn trọng sự sống, tự do đối với đời sống, vượt qua những hạn chế thể lý nhất định và mang lại cho chúng một ý nghĩa. Chúng ta không đi theo các "biểu tượng bất tử" nữa, chúng chỉ làm cho chúng ta ảo tưởng là mình làm chủ số phận mình. Trái lại, chúng ta quy hướng về tha nhân và không ngừng theo đuổi những gì là chân thiện mỹ bằng những thái độ và hành động cụ thể. Khi con người không còn hiện hữu nữa, nhưng những gì người đó đã làm sẽ tồn tại: Đó là cách thể hiện độc đáo và duy nhất, có khuynh hướng vượt qua và tồn tại nơi những gì mình đã làm. Những hạn chế thể lý là cơ hội để người ta thể hiện mình một cách đặc biệt; đúng hơn những hạn chế đó hoàn toàn được khắc phục.

Kể đến là tiêu cực tâm lý, tức là các nhược điểm, sự ấu trĩ và chấn thương mà hầu như mọi người đều phải mang theo trong mình. Những sự tiêu cực này không phải lúc nào cũng thuộc trách nhiệm của chúng ta, nhưng có thể liên quan đến chiều kích tự do tương đối của chúng ta. Có những tổn thương không bao giờ được chữa lành mà chúng ta phải học sống chung với chúng. Lòng tự trọng của chúng ta cũng phải băng qua những tổn thương đó. Không ai trong chúng ta có được những người cha người mẹ hoàn hảo hay đã phát triển cách toàn hảo. Sự bất toàn của cha mẹ hằn để lại dấu vết hay nhược điểm nơi chúng ta. Về phương diện này, Rulla cho chúng ta một dữ liệu đầy ý nghĩa: "Sự trưởng thành của con cái bị ảnh hưởng tiêu cực, khi tương quan với cha mẹ không chỉ xấu mà thôi, nhưng còn bị ức chế và bị đẩy ra ngoài vùng ý thức. Tuy nhiên, tương quan xấu với cha mẹ không đương nhiên đưa tới sự ấu trĩ". Như thế, điều quan trọng là chúng ta có thái độ như thế nào

đối với các nhược điểm mà chúng ta không sao tránh được: Thẳng thắn chấp nhận các nhược điểm thì tốt hơn là phủ nhận hay phớt lờ chúng bằng cách bóp méo thực tại.

Có thể chúng ta không chịu trách nhiệm về các nhược điểm của mình, nhưng chịu trách nhiệm về thái độ của mình khi đối phó với chúng. Chúng ta chịu trách nhiệm về tầm quan trọng mà mình dành cho chúng và những gì mình thực hiện để vô hiệu hóa ảnh hưởng của chúng.

Nói một cách cụ thể, toàn nhập các nhược điểm là quan tâm khám phá các nhược điểm của mình; chấp nhận chúng mà chẳng bị quan hay lo lắng quá mức; tự huấn luyện thường xuyên và đón nhận sự giúp đỡ của người khác; nỗ lực hết sức để hạn chế ảnh hưởng của chúng đối với hành vi của mình, sao cho nhược điểm của mình không trở nên gánh nặng cho người khác; đừng đòi hỏi phải giải quyết mọi việc cách triệt để và hấp tấp, nhưng sử dụng các phương tiện đề phòng thích đáng; chấp nhận sự ấu trĩ của mình như một phần của cái tôi và như dấu hiệu của sự giới hạn mà con người không chịu khuất phục, nhưng cố gắng khắc phục.

Thứ ba là tiêu cực luân lý. Sự tiêu cực này khác với sự hạn chế tâm lý. Sự tiêu cực này thường lệ thuộc mức độ tự do và trách nhiệm của chúng ta. Sự tiêu cực này thường trở thành một điều xấu luân lý, cho dù chủ thể không luôn luôn chịu trách nhiệm về nó. Sự tiêu cực này cũng là một phần trong lịch sử cuộc đời chúng ta và cần phải được toàn nhập.

Dưới quan điểm tâm lý học thì mọi người đều mang điều xấu luân lý nơi mình. Tuy nhiên, con người có tự do và không ai bị bắt buộc phải phạm lỗi. Một cách nào đó thuyết duy bản năng và thuyết tâm lý tất định đã cướp mất tự do của con người. Thật vậy, trong khi các học thuyết đó giúp con người giảm bớt gánh nặng tội lỗi, chúng cũng lấy mất của con người cái phẩm giá là được làm chủ hành động của mình. Tước đoạt cái khả năng có thể làm lỗi của con người là một sự bất công tinh vi và có thể đưa đến những hậu quả nghiêm trọng. Như vậy nếu chúng ta có những giới hạn về mặt luân lý, chúng ta cần phải nhận ra chúng, không chỉ qua hành động bên ngoài, nhưng nhất là qua động lực thúc đẩy, ngay cả động lực tiềm ẩn mà chúng ta chỉ chịu một chút trách nhiệm thôi. Nhận biết sai lầm của mình là điều cao quý của con người, bởi vì nếu chúng ta nhìn nhận mình sai lầm, thì đó là dấu hiệu chúng ta ý thức tự do và trách nhiệm của mình. Chúng ta có khả năng đón nhận sự thúc giục của một giá trị và hành động phù hợp với giá trị đó. Người ta nói rằng khi con người nhìn nhận điều xấu luân lý và tội lỗi của mình, ấy là lúc con người tỏ ra cao thượng nhất. Chính lúc ấy, người ta bày tỏ thái độ siêu việt của mình một lần nữa, bằng cách không tán thành hành vi của mình và phê phán hành vi đó dưới ánh sáng của tiêu chuẩn khách

quan (và toàn diện). Khi chúng ta nhận ra làm lỗi của mình, chúng ta sẽ không cần tự vệ nữa. Khi tự vệ, chúng ta có ảo tưởng là mình "trong sạch" bằng cách đổ lỗi cho người khác (phóng chiếu); hay giả vờ đã nỗ lực tận gốc mọi điều xấu rồi, nên không còn thấy vết nhơ nào nơi mình nữa (ái kỷ duy linh); hay sẵn sàng chấp nhận làm lỗi của mình với một kết luận bi quan, "tôi không thể làm gì được..., nó mạnh hơn tôi...", và tự an ủi bằng cách nhìn sang người bên cạnh để giảm nhẹ lỗi lầm và trách nhiệm của mình đến mức tối thiểu. Nếu điều xấu luân lý chạm đến trách nhiệm chúng ta, bấy giờ chúng ta không chỉ nhận ra điều xấu ấy mà còn phải trải nghiệm điều xấu ấy nữa. Chúng ta phải biết rằng điều xấu luân lý xúc phạm đến bản chất chúng ta và ngăn cản chúng ta thực hiện trọn vẹn những giá trị mà chúng ta đã chọn. Nhờ các giá trị ấy, chúng ta có một căn tính và lòng tự trọng.

Khi chủ thể nhìn nhận mình sai phạm, đó là dấu hiệu chứng tỏ chủ thể coi trọng hành động của mình và sự nhiệt thành khi hành động. Qua sự đau buồn chân thành của mình, chủ thể cho thấy ý nghĩa, sự nghiêm túc và tầm quan trọng của cuộc sống. Dĩ nhiên, sự hối hận đó không phải là nỗi đau của kẻ cảm thấy bị tội lỗi dồn ép tứ bề, đâu đâu cũng thấy tội, mang trong mình những cảm nghĩ và cảm xúc bị trừng phạt, và có nguy cơ rơi vào tâm bệnh ám ảnh (chẳng hạn người bối rối). Điều khác biệt chính là sự dũng cảm của lòng tự tin. Lòng tin đó phát xuất từ một nhận thức đúng về mình, chấp nhận thân phận có thể sai lầm của mình và tìm thấy sức mạnh để hướng tới lý tưởng mình theo đuổi. Bằng cách đó, điều xấu luân lý là cơ hội để chúng ta tái xác nhận các giá trị. Nhờ kinh nghiệm về sự quy ngã (cũng như mọi điều xấu luân lý khác), chúng ta được mời gọi quyết tâm lại theo chọn lựa của mình, đồng thời tìm kiếm những động lực và tác nhân kích thích mới, kéo lặp lại một kinh nghiệm gây thiệt hại cho mình. Điều ấy muốn nói rằng, nhờ kinh nghiệm thất bại, chúng ta có thể bắt đầu lại với một quyết tâm mới, tích cực và kiên cường trong quá trình siêu việt. Chúng ta tiếp tục hành trình với một hình ảnh bản thân đã từng đối diện với thử thách của sự yếu đuối, nhưng không hề yếu nhược khi thoát khỏi thử thách đó. Với hình ảnh bản thân đó, chúng ta buông bỏ mọi dự phóng cầu toàn (và không thực tế) vì chúng ta tưởng mình toàn năng, nhưng thật ra chỉ là ái kỷ.

Những gì được trình bày trên đây có thể là tiền đề cho một cuộc sống xứng đáng, ngay cả khi chúng ta có một kinh nghiệm cụ thể về sự dữ luân lý, tức là tội lỗi. Đến đây, chúng ta chưa đưa ra một giải pháp dứt khoát cho vấn đề này, nhưng các yếu tố mà chúng ta đã khảo sát có thể tạo nên một nền tảng tâm lý thiết yếu để có một ý thức lành mạnh về tội lỗi (đối với Thiên Chúa) chứ không chỉ là một cảm thức tội lỗi (đối với bản thân); cảm thức tội lỗi chỉ tồn tại khi chúng ta có thái độ ái kỷ và kém khả năng siêu việt. Tuy vậy, chúng ta cũng xác tín rằng nếu chúng ta khiêm tốn nhìn nhận thân phận có thể sai lầm của mình

mà không tự dối lòng, chúng ta có điều kiện tối ưu để hòa giải với mình, và chúng ta chỉ có thể hòa giải trọn vẹn với mình trong Thiên Chúa. Sứ điệp hòa giải của Thiên Chúa cũng là một sứ điệp về lòng tự trọng, một lòng tự trọng vững chắc và kiên định nhất mà chúng ta có thể mong đợi. Đó chính là kinh nghiệm tích cực trong việc hội nhập sự dữ vào khái niệm bản thân.

Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG



TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG

Để có lòng tự trọng và duy trì lòng tự trọng mà đời sống tâm linh cần phải có giống như thân xác con người cần phải có oxy, chúng ta phải tổ chức những cấu tố khác nhau của đời sống tâm linh. Lòng tự trọng tùy thuộc việc tổ chức những cấu tố, và suy cho cùng thì sự thanh thản của chúng ta cũng tùy thuộc ở đó. Tổ chức các chức năng là đề tài của phần thứ hai.

Chúng ta vẫn tập trung tầm nhìn vào tâm lý học chiều sâu và vô thức. Khái niệm chung cho các chương trong phần II này là việc quyết định, qua đó con người bộc lộ mình rõ nét hơn cả. Như thế, chúng ta sẽ bàn đến vô thức và quyết định.

Tuy nhiên, trước khi chúng ta ước ao hay quyết định, chúng ta cần phải nhận thức. Chúng ta nhận thức như thế nào? Vấn đề này sẽ được bàn luận trong chương 1. Sự quyết định được hình thành không chỉ dựa trên nền tảng luận lý và ý thức, mà còn dựa trên vô thức, nhưng vô thức đâu phải lúc nào cũng hòa hợp với luận lý và ý thức. Bởi vậy, một quyết định có thể có hai ý hướng khác nhau và tương quan hài hòa với nhau (chương 2). Bên cạnh các động lực ý thức, chúng ta còn có một kiểu lý luận bất nhất chi phối kế hoạch của chúng ta (chương 3) và khiến cho hành động chúng ta mang tính tự vệ (chương 4). Vì thế, chúng ta cần phân định và phân biệt các tiến trình khác nhau, đó là nền tảng của quyết định: Làm sao con người biện minh cho các chọn lựa của mình? (chương 5). Trong phần kết luận, chúng ta sẽ trả lời cho câu hỏi này: Quá khứ chúng ta chi phối các quyết định và cuộc sống chúng ta hiện nay như thế nào?

[Chương 1. NHẬN THỨC TRI GIÁC](#)

[Chương 2. HÀNH ĐỘNG Ý THỨC, HÀNH ĐỘNG CỐ Ý TÌNH TRẠNG VÔ THỨC](#)

[Chương 3. CHIẾN LƯỢC CỦA VÔ THỨC](#)

[Chương 4. CƠ CHẾ TỰ VỆ](#)

[Chương 5. TÌM HIỂU ĐỘNG LỰC](#)

[KẾT LUẬN: HIỆN TẠI VÀ QUÁ KHỨ](#)

Chương 1. NHẬN THỨC TRI GIÁC



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG](#)

Trong chương bàn về ước muốn cảm tính và ước muốn lý tính, chúng ta đã biết nhận thức tri giác là điểm xuất phát của việc hiểu biết và quyết định. Tuy nhiên, nhận thức tri giác chưa phải là biết: Nhìn thấy chưa hẳn là biết. Quả thế, hiểu biết giả định một bước nhảy xa hơn: Đó là nhận ra các dữ liệu mà chúng ta nhìn thấy nhờ trung gian của ý nghĩa.

Nhận thức tri giác là biết đối tượng cách đơn giản. Nhận thức tri giác phát xuất trực tiếp từ sự kích thích giác quan; nó tập hợp các yếu tố, nhưng chưa có quá trình suy tư, quyết định, chọn lựa và kết luận. Là nền tảng của việc hiểu biết-quyết định, nhận thức tri giác là điều kiện đầu tiên để hiểu biết và quyết định đúng: Thật vậy, những cấp bậc đi sau thì vượt qua cấp bậc đi trước và bổ sung cho cấp bậc đi trước, nhưng nó cũng lưu giữ và duy trì những khiếm khuyết và sai lầm của cấp bậc đi trước. Chúng ta cần nhận thức chính xác thì mới có thể biết và quyết định chính xác. Bây giờ chúng ta hãy tự hỏi: Dựa trên những điều kiện nào mà nhận thức tri giác được xem là xác đáng? Khi nào thì những tác nhân khác có thể chi phối nhận thức tự giác và bóp méo ít là một phần nhận thức tri giác? Khi sự hiểu biết của chúng ta chỉ dừng lại ở cấp bậc thứ nhất, nếu nó có vô tư và khách quan chăng?

A. BẢN CHẤT CỦA NHẬN THỨC TRI GIÁC

Nhận thức tri giác thì khác với các yếu tố sản sinh ra nó. Qua tiến trình nhận thức tri giác, chúng ta không chỉ tập hợp những tác nhân bên ngoài kích thích giác quan chúng ta, nhưng còn xếp đặt chúng trong một tổng thể mạch lạc. Hastorf, Schneider và Polefka đã mô tả 5 đặc điểm của nhận thức tri giác:

1. Nhận Thức Tri Giác Thì Trực Tiếp

Chỉ cần mở mắt và tai là đủ. Chúng ta biết đối tượng bằng giác quan, chứ không có sự can thiệp (ít nữa là nhìn từ bên ngoài, như chúng ta sẽ thấy) của tư duy hay diễn giải.

2. Nhận Thức Tri Giác Có Tổ Chức

Chúng ta nhận biết các đối tượng hay âm thanh như một toàn thể có tổ chức chứ không phải là một tập hợp những yếu tố rời rạc. Chúng ta tập hợp những tác nhân kích thích lại với nhau thành hình ảnh và hậu cảnh. Nhận thức tri giác nhắm vào đối tượng (chẳng hạn một trái táo), chứ không nhắm vào những đặc điểm cụ thể của chúng. Chúng ta nhận thấy những đoá hoa vàng hay chiếc gương êm ái, chứ không nhận ra "màu vàng" hay sự "êm ái."

3. Nhận Thức Tri Giác Thì Ổn Định

Chúng ta luôn luôn nhận biết một đối tượng là như thế. Nhận thức đó không lệ thuộc sự soi sáng của người khác, góc nhìn, khoảng cách hay những vị trí khác nhau của đối tượng. Đối tượng luôn "bất biến" và mỗi khi gặp lại đối tượng đó, chúng ta cũng biết đối tượng như đã biết trước đây.

4. Nhận Thức Tri Giác Có ý Nghĩa

Chúng ta nhận biết một đối tượng trong tương quan với chúng ta và trong tương quan với những đối tượng khác. Nhận thức tri giác đòi phải có một sự đánh giá ngay tức khắc trên bình diện tình cảm.

5. Nhận Thức Tri Giác Có Tính Chọn Lọc

Nhận thức tri giác khác với việc ghi hình của máy chụp ảnh. Trong nhận thức tri giác, chỉ một phần tác nhân kích thích được ghi nhận và chuyển thành kinh nghiệm. Trong khi bạn đang đọc trang này, đôi mắt bạn hầu như không thấy những phạm vi khác ngoài trang sách này. Bạn không nhận ra hết mọi tiếng động bên ngoài đường phố, cũng không nhận ra áo quần đang cọ xát vào da của bạn. Chúng ta có thể dựa trên sự chọn lọc của nhận thức tri giác mà giải thích phần nào các thành kiến. Người theo chủ nghĩa phân biệt chủng tộc thì nhận thức một cách chọn lọc những khía cạnh nhất định trong hành vi người khác: ông chỉ nhìn thấy những khía cạnh hợp với quan điểm của mình và bỏ sót những khía cạnh trái với quan điểm của mình.

Chúng ta sẽ tìm hiểu hai lãnh vực liên quan đến nhận thức tri giác:

a. Các nhân tố cá nhân và nhân tố xã hội chi phối tiến trình nhận thức. Các động cơ có chi phối tiến trình nhận thức của chúng ta không?. Sự xao xuyến có can thiệp vào tiến trình nhận thức không? Chúng ta có bóp méo sự vật để khỏi nhìn thấy thực tế, mà chỉ nhìn thấy những điều chúng ta muốn thấy không?

b. Cách chúng ta nhận thức về người khác. Đây là nguyên nhân của ác cảm và thiện cảm? Làm sao chúng ta có thể phê bình những đặc điểm của người khác?

Cả hai lãnh vực trên đều bắt đầu với cùng một câu hỏi: Nhận thức tri giác của chúng ta có chính xác không? Chúng ta có thấy sự vật và người khác như họ là không? Mọi người đều tin rằng mình nhìn thấy và cảm nhận thế giới đúng như bản chất của thế giới. Vì ba đặc điểm đầu của nhận thức tri giác (trực tiếp, có tổ chức và ổn định), chúng ta càng tin là mình nhận thức chính xác. Tuy nhiên, trong nhiều trường hợp, nhận thức tri giác hoàn toàn có tính cá nhân: Có những "ảo giác" nhận thức khi chủ thể giải thích sai mối tương quan giữa những tác nhân kích thích, vì thế mà điều chúng ta nhận thức không tương ứng với thực tại (ví dụ mặt trăng ở chân trời có vẻ lớn hơn mặt trăng ở trên đỉnh đầu, cho dù trong cả hai trường hợp hình ảnh mặt trăng được ghi trên võng mạc có một kích thước như nhau). Còn có những trường hợp "bóp méo" nhận thức tri giác tức là diễn giải sai mối quan hệ giữa tác nhân kích thích và chủ thể; vì thế điều chúng ta nhận thức không phải là một thực thể đích thật. Do đó, chúng ta cần khảo sát kỹ lưỡng những yếu tố chi phối nhận thức tri giác của chúng ta.

B. NHÂN TỐ CÁ NHÂN VÀ NHÂN TỐ XÃ HỘI CHI PHỐI NHẬN THỨC TRI GIÁC CỦA CHÚNG TA

Trước hết, nhận thức tri giác thiếu chính xác vì liên quan đến 4 loại nhân tố:

- Các đặc điểm của đối tượng nhận thức
- Tình trạng cảm xúc của chủ thể nhận thức
- Áp lực xã hội
- Những dị biệt văn hóa

1. Những Đặc Điểm Của Đối Tượng Nhận Thức

a. Giá trị

Thuộc tính của tác nhân kích thích có thể chi phối nhận thức tri giác của chủ thể. Một loạt những công trình nghiên cứu vào những năm 50 cho thấy rằng khi chủ thể đánh giá kích thước của một vật thể, sự đánh giá ấy có thể thay đổi tùy theo tầm quan trọng của nó đối với chủ thể nhận thức.

Bruner và Goodman đã thực hiện những thí nghiệm của nổi tiếng.

Qua các thí nghiệm trên, chúng ta thấy rằng giá trị mà xã hội gán cho một đối tượng có thể chi phối nhận thức tri giác, đến nỗi đối tượng đó có vẻ lớn hơn kích thước thực tế của nó. Người ta yêu cầu một số trẻ em lấy đất sét để làm các loại đồng xu (từ đồng xu penny đến một nửa đô-la). Tất cả các đồng xu bằng đất sét đều lớn hơn đồng xu thật; và

đồng xu càng có giá trị lớn, thì kích thước đồng xu bằng đất sét lại càng lớn hơn (intra-serial effects: những hiệu ứng trong chuỗi).

Khi người ta yêu cầu một nhóm đối chứng khác đánh giá các đĩa ghi âm làm bằng giấy, thì không có hiện tượng bóp méo thực tế (Intersenal effect: hiệu ứng giữa chuỗi). Ngoài ra, kích thước các đồng xu bằng đất sét do trẻ em nghèo làm ra có hệ số trung bình lớn hơn các đồng xu do trẻ em giàu làm ra. Hiện tượng đó gọi là điểm nhận nhận thức: Người ta có xu hướng phóng đại những tác nhân kích thích có giá trị.

Qua nhiều cuộc nghiên cứu liên tiếp, người ta thấy nhận thức tri giác coi trọng những tác nhân kích thích mà chủ thể xem là tích cực chứ không phải những tác nhân tiêu cực. Chúng ta phóng đại kích thước của thức ăn mà chúng ta ưa thích chứ không phải thức ăn mà chúng ta không thích. Đối với những đối tượng ít giá trị, chủ thể thường nhận thấy kích thước của chúng nhỏ hơn thực tế. Người ta nhìn thấy những tác nhân kích thích không quan trọng hay trung tính đúng với kích thước của chúng.

Nhận thức tri giác của chúng ta thay đổi tùy theo thuộc tính mà chúng ta gán cho tác nhân kích thích. Nếu một sự vật có giá trị lớn, tôi phóng đại nó; nếu nó ít giá trị, tôi đánh giá nó thấp; và nếu sự vật đó bình thường, tôi nhìn thấy nó một cách khách quan.

b. Ý Nghĩa Cảm Xúc (Emotional meaning)

Các công trình nghiên cứu về "ngưỡng nhận thức" là một đóng góp khác cho "cái nhìn nói." Thuật ngữ này muốn nói đến cấp bậc đầu tiên mà chúng ta có thể nhận biết tác nhân kích thích cách chính xác. Người ta trưng bày một tác nhân kích thích bằng ngôn từ, hình ảnh hay âm thanh trong một vài tích tắc. Sau lần thứ nhất, nếu chủ thể không nhận ra tác nhân kích thích đó, thì người ta lặp lại với một thời lượng dài hơn, cho đến khi chủ thể nhận ra tác nhân kích thích một cách rõ ràng. Thời điểm đó gọi là ngưỡng nhận thức. Ngưỡng thấp khi chủ thể nhận ra tác nhân kích thích trong một thời gian ngắn; ngưỡng cao khi chủ thể phải tiếp cận lâu với tác nhân kích thích thì mới nhận ra.

Ngưỡng nhận thức thay đổi tùy từng người và ngay trong chính mỗi người, bởi vì nó tương liên với ý nghĩa cảm xúc của tác nhân kích thích, nhờ đó ngưỡng nhận thức có thể được nâng cao hay hạ thấp. Trong tự vệ nhận thức, ngưỡng nhận thức cao đến nỗi chủ thể không dễ nhận ra tác nhân kích thích mà mình không ưa thích. Trong nhạy bén nhận thức, ngưỡng nhận thức được hạ thấp và tạo ra một sự cảnh giác cao hơn, nhờ đó chủ thể có thể tránh được những hậu quả không hay khi tiếp xúc với tác nhân kích thích. Cả hai hoạt động trên đều xảy ra trong vô thức: Chủ thể không biết những sự biến đổi đã xảy ra. Hai quá trình này tuy trái nghịch, nhưng có thể thực hiện chung với nhau. Có giả thuyết cho rằng

giữa cường độ cảm xúc của tác nhân kích thích và ngưỡng nhận thức có một mối quan hệ theo đường cong. Với tác nhân kích thích nguy hiểm, chúng ta thường nâng cao ngưỡng nhận thức (tự vệ), nhưng với tác nhân kích thích hết sức nguy hiểm, chúng ta lại có khuynh hướng hạ thấp ngưỡng nhận thức (nhạy cảm).

Từ các dữ liệu đó, chúng ta có thể đưa ra hai nhận định tổng quát. Thứ nhất, con người biết bảo vệ mình trước những thách thức của môi trường, nhất là những thách thức nguy hiểm: "Không ai mù loà hơn kẻ không muốn thấy". Thứ hai, chúng ta phải biết ý nghĩa cảm xúc mà mình liên kết với kinh nghiệm sống của mình. Mỗi người có một cách phản ứng riêng đối với môi trường: Từ sự quá khích khi khẳng định sức mạnh - được gọi là "trấn áp" - đến sự cảnh giác phi lý - "quá nhạy cảm". Khi chạy xe, "người nhạy cảm" không ngừng tưởng tượng bộ máy đang phát ra những tiếng động khác thường, trong lúc đó người trấn áp chỉ nhận ra sự cố khi máy đã bốc khói. Tuy nhiên, chỉ bấy nhiêu thôi thì không đủ để biết được mục tiêu và các giai đoạn của hành trình, mà chúng ta còn phải biết bản chất của người đang thực hiện cuộc hành trình.

c. Cường độ

P.A. Kolers yêu cầu những người tham gia cuộc thí nghiệm nhìn lên màn ảnh gần như trắng. Rồi ông chiếu lên đó một hình mờ đến nỗi những người kia tưởng là không có gì trên màn hình. Sau thí nghiệm "trắng" đó, ông yêu cầu họ trả lời một câu hỏi. Tuy nhiên, người ta chỉ có thể trả lời câu hỏi đó với điều kiện là họ đã nhìn thấy hình ảnh trên màn hình, mà trên thực tế thì họ đã không thấy. Mọi người đều đã trả lời đúng, mặc dầu không ai biết rằng mình đã sử dụng dữ liệu vô thức mà họ đã tiếp nhận trước đây.

Khi người ta chiếu lên màn ảnh những từ khó ưa (ví dụ như từ "ung thư") một cách nào đó để không thể đọc được thì sự bén nhạy của thị giác thường suy giảm. Cũng vậy người ta thấy những từ khó ưa ít sáng hơn những từ trung hòa cảm xúc, cho dù cả hai đều được chiếu lên với một độ sáng như nhau.

Người ta chiếu lên màn hình một vài đoạn văn trong thời gian 4 phần ngàn giây (một quãng thời gian quá ngắn để có thể đọc được). Nếu nội dung của đoạn văn dễ gây lo âu, thì việc trình chiếu đoạn văn dưới ngưỡng cảm giác sẽ khiến cho những người tham gia cuộc thí nghiệm bộc lộ những biểu hiện tâm bệnh như cảm xúc buồn bã hay nói lắp bắp. Trái lại, nếu đoạn văn có nội dung trấn an, thì mức độ biểu hiện bệnh lý cũng giảm.

Như đã thấy, cho dù chủ thể không hiểu nội dung của tác nhân "kích thích (đoạn văn)", nhưng chủ thể cũng "đọc" được đoạn văn mà không biết. Chúng ta thường phản ứng bộc phát đối với tác nhân kích thích mà mình không ý thức. Ở đây, chúng ta nói đến "nhận thức

dưới ngưỡng cảm giác. Một tác nhân kích thích, dù yếu và ngắn đến mức không thể gây ấn tượng gì cho chủ thể dưới ngưỡng nhận thức, cũng được chủ thể ghi nhận và tạo ra một sự đáp ứng, mặc dù chủ thể không nhận ra tác nhân kích thích đó. Chúng ta phản ứng ngay với tác nhân kích thích mà chúng ta không nhận biết cách ý thức, tác nhân kích thích đó chi phối chúng ta là vì ký ức vô thức và ký ức cảm xúc. Ngày nay, người ta còn nói đến việc quảng cáo dưới ngưỡng cảm giác. Đó là một ý tưởng lóe sáng dưới ngưỡng, được lặp đi lặp lại từng hồi như câu nói "Hãy uống Coca-cola" hay "Hãy dùng Palmolive", ý tưởng đó để lại một ấn tượng trong vô thức, đưa tới khả năng là khách hàng có thể mua mặt hàng đó, cho dù anh bạn đáng thương ấy không hề biết mình đã bị trúng đòn. Đó chẳng phải là một hình thức xúi giục khách hàng mua một sản phẩm nhất định sao? Chúng ta không dám khẳng định như thế. Tuy nhiên, gợi ý đó có thể làm cho những sở thích tiềm ẩn xuất hiện. Rõ ràng là tác nhân kích thích dưới ngưỡng cảm giác không phải là yếu tố trực tiếp định đoạt sự đáp ứng. Để kích thích chủ thể đáp ứng, tác nhân dưới ngưỡng cảm giác phải liên kết với một tâm trạng mà chủ thể đã trải nghiệm trước đây.

Chúng ta đừng nhầm lẫn nhận thức dưới ngưỡng với "sự suy xét thiếu ý thức". Chúng ta không thể nhận biết tác nhân kích thích dưới ngưỡng cảm giác dù đã nỗ lực hết sức; trái lại, trong việc "suy xét" thiếu ý thức chúng ta nhận biết tác nhân kích thích vì nó nằm trên ngưỡng nhận thức, nhưng chúng ta quên hay không chú ý đến nó cho đủ. Đó là tình trạng khi chúng ta sử dụng các thiết bị máy móc: Khi chơi dương cầm hay lái xe, chúng ta đáp lại tác nhân kích thích mà chúng ta không ý thức, không phải vì nó nằm dưới ngưỡng cảm giác, nhưng chỉ vì chúng ta không chú ý đến nó.

Qua những nghiên cứu trên đây, chúng ta có thể kết luận rằng chúng ta không thể nào xuyên thủng các hàng rào tự vệ nhận thức được. Một tình huống nghịch lý xuất hiện khi:

- 1) Một tác nhân kích thích - nhất là tác nhân gây lo âu nâng cao ngưỡng nhận thức đến mức chủ thể không còn bị ảnh hưởng.
- 2) Chúng ta không nhận biết tác nhân kích thích đó một cách ý thức.
- 3) Dầu sao, tác nhân kích thích đó cũng gây nên một phản ứng cảm xúc.

Bất chấp sự tự vệ, chúng ta chịu ảnh hưởng của tác nhân kích thích mà chúng ta không thể nhận diện. Có thể là chúng ta đủ mạnh và trưởng thành để chịu đựng các kinh nghiệm mạnh mẽ ấy, nhưng nếu nói rằng "nó chẳng gây thiệt hại gì cho tôi thì thật chẳng hay chút nào". Tác nhân kích thích có thể tác động một cách vô thức mà chủ thể không nhận ra ảnh hưởng của nó. Vì thế, kinh nghiệm tưởng như "vô hại" ấy có thể mở đường cho một loạt những ý nghĩ, những rắc rối hay khơi gợi những sở thích tiềm tàng. Bằng cách đó

mà hình thành các thái độ cảm xúc lệch lạc, chúng xui khiến chúng ta phản ứng với một tác nhân kích thích, ngay cả trước khi chúng ta nhận biết nó là gì.

d. Quen thuộc

Tác nhân kích thích quen thuộc thì dễ nhận diện hơn tác nhân xa lạ. Sự quen thuộc tạo nên sự "chuẩn bị". Đó là xu hướng đáp lại tác nhân kích thích một cách đặc biệt. Ngay cả trước khi tác nhân kích thích xuất hiện, con người đã sẵn sàng đáp lại, giống như một vận động viên chạy đua sẵn sàng xuất phát khi có súng lệnh. Khi chủ thể đã chuẩn bị sẵn sàng, thì tác nhân kích thích cảm xúc cũng giống như súng lệnh. Súng lệnh chỉ là cơ hội để chủ thể đáp ứng như mình đã chuẩn bị kỹ trước rồi.

Nhận thức nhanh hơn không có nghĩa là chính xác hơn. Sau 10 năm chung sống với vợ, ông chồng có thể nhận biết thông điệp của bà nhanh đến nỗi "cô ấy khỏi cần nói, tôi đã biết cô ấy muốn nói gì rồi." Hôm nay ông có hiểu bà vợ hơn 10 năm trước không? Chuyện đó còn cần phải xác minh.

Khi chúng ta đáp lại một tác nhân kích thích với một xu hướng chuẩn bị sẵn, thì chúng ta không đương nhiên đáp lại tác nhân kích thích hiện thời. Vì thế, ông chồng có thể nổi giận không phải vì hành vi của bà vợ, nhưng là vì ông cảm thấy căng thẳng bên trong nội tâm.

Nói chung, nếu chúng ta muốn giúp ứng sinh nhận biết thông điệp cách chính xác, chúng ta phải dạy họ có một thái độ đúng đối với thông điệp đó. Nếu không, họ sẽ bóp méo hay từ chối: Chúng ta không nên vất ngọc trai cho heo... Trước khi truyền đạt một thông điệp, chúng ta nên giúp người nhận có một thái độ tích cực đối với thông điệp.

2. Tâm Trạng Của Chủ Thể Nhận Thức (các nhân tố cá nhân và tri giác nhận thức)

Bên cạnh những đặc điểm của tác nhân kích thích, các đặc điểm của nhân cách cũng có thể bóp méo tri giác nhận thức. Đề tài của cuốn sách này là mối tương quan giữa cơ cấu đời sống tâm linh và thực tại bên ngoài. Chúng ta đã tìm hiểu đề tài này trong nhiều chương khác nhau trong phần I: Chương 3 bàn về ước muốn cảm tính và ước muốn lý tính; chương 2 và 5 nói về vô thức và những sự bất nhất. Ở đây, chúng ta cũng không bàn đến những khía cạnh sẽ được tìm hiểu một cách cặn kẽ hơn trong các chương khác.

a. Cơ Chế Tự Vệ

Vấn đề này sẽ được tìm hiểu trong chương 4 khi bàn về cơ chế tự vệ. Ở đây, chúng ta chỉ ghi nhận rằng cách chúng ta nhận biết thực tại nội giới và ngoại giới chịu ảnh hưởng của những cơ chế tự vệ. Ví dụ: Não trạng duy lý trí (intellectualism), việc cố tạo phản ứng

(reaction formation) và sự phóng chiếu làm cho nhận thức trở nên bén nhảy, khi tác nhân kích thích có liên quan với một sự xung đột. Trong trường hợp cố tạo phản ứng, chủ thể nắm bắt sự xung động tiêu cực rất nhanh để che dấu nó. Trong trường hợp phóng chiếu, chủ thể rất nhạy trong việc tìm thấy nơi người khác những dấu hiệu và triệu chứng của mình, vì người khác có thể sử dụng những dấu hiệu và triệu chứng đó để chống lại mình. Trái lại, khi tự vệ bằng tri thức hóa, chủ thể sẽ quá bận tâm tới xung động mà mình không thể chấp nhận.

b. Những Đặc Điểm Của Nhân Cách

H.A Witkin và những cộng tác viên đã phổ biến khái niệm lệ thuộc nhận thức / độc lập nhận thức" đối với môi trường và cho thấy rằng mỗi người ứng phó với thực tại một cách khác nhau. Chúng ta để một người ngồi trong phòng tối và đặt một cây thước sáng ở giữa một cái khung. Cây thước và khung không thẳng, nhưng hơi nghiêng một chút. Sau đó, chúng ta yêu cầu người đó điều chỉnh chiếc gương sao cho thẳng đứng và cứ để chiếc khung nằm nghiêng như thế. Nếu họ có thể điều chỉnh chiếc thước thẳng đứng, họ được xem là người "không lệ thuộc môi trường". Họ biết định hướng bản thân và không để mình bị đánh lừa bởi các mốc giả tạo của nhãn trường. Họ tuân theo các chỉ dẫn từ bên trong (tức là lực hấp dẫn). Trái lại, những người "lệ thuộc môi trường" thì không thể điều chỉnh chiếc thước cho thẳng được bởi vì khi phán đoán, họ chỉ dựa vào các mốc của nhãn trường ngoại giới và không giải thoát mình khỏi những ràng buộc của hoàn cảnh. Người ta cũng phát hiện mối tương quan giữa hai loại người trên, cùng với những đặc tính riêng và những dị biệt trong giáo dục: Người "lệ thuộc nhận thức" thì lo âu, hướng ngoại, nhạy cảm đối với sự tán thành - phản đối của người khác, thiếu lòng tự trọng; còn người "độc lập nhận thức" thì tự tin, có óc sáng tạo và tự lập. Những gì chúng ta nhìn thấy trong thế giới bên ngoài thì liên quan với điều chúng ta cảm nhận trong thế giới nội tâm.

Hess có một nghiên cứu thú vị khác liên quan đến phản ứng của chúng ta đối với khuôn mặt trẻ thơ. Ông nhận thấy khuôn mặt trẻ thơ hay khuôn mặt những súc vật con thường gợi lên cảm xúc tích cực. Mọi người, nhất là những người đã lập gia đình, ưa thích những khuôn mặt trẻ thơ hơn khuôn mặt người lớn. Những khuôn mặt đó làm con người họ giãn nở ra, nhất là nơi phụ nữ. Trái lại, những lời chối tai sẽ gây ra hiện tượng trái ngược như Zubin đã mô tả.

Chúng ta cũng có thể kể xác tín của mình vào số những đặc điểm của nhân cách. Theo Sherif và Hovland, sự giao tiếp liên vị bị chi phối bởi những xác tín của những người liên hệ, trong đó có một số tiền-khái niệm đã được xác lập, chúng hoạt động một cách lệch

lạc và có hệ thống qua hai quá trình: đồng hóa và tương phản. Khi chủ thể nhận thấy thông tin chỉ khác biệt chút ít với quan điểm của mình, chủ thể có xu hướng bóp méo thông tin, sao cho gần với quan điểm của mình hơn là với thực chất của nó (sai lầm đồng hoá). Trái lại, khi thông tin tương phản với quan điểm của mình, ông lại càng nhận thức thiếu chính xác, thậm chí còn khác xa với thực tế (sai lầm tương phản). Khi một thông điệp thuộc loại "không quan trọng," nghĩa là chủ thể chẳng tán thành mà cũng chẳng bất đồng, chủ thể sẽ đón nhận thông điệp mà không cần bóp méo một cách có hệ thống. Bởi đó, chúng ta cần xem xét cách thức người ta đón nhận thông điệp để xác định hiệu năng của việc giao tiếp.

c. Các Nhu Cầu và Giá Trị

Người ta có xu hướng gán cho thực tại một ý nghĩa chủ quan do các năng động nội tâm sai khiến. Tương tự như câu tục ngữ: Hãy nói cho tôi biết tình trạng sức khỏe của bạn, rồi tôi sẽ nói cho bạn biết nhận thức của bạn như thế nào.

Xu hướng này có thể đi tới chỗ biến đổi thực tại. Tôi ước muốn hay lo sợ như thế nào, thì tôi thấy những điều chung quanh như vậy. Nhận thức của chủ thể càng lệch lạc khi đối tượng nhận thức mơ hồ và chủ thể đang gặp xung đột và bất nhất trong nội tâm.

Theo một thí nghiệm cổ điển của McClelland và Atkinson, những người đang đói diễn giải những tác nhân kích thích mơ hồ như là những vật thể có liên hệ đến thực phẩm với một tần suất cao hơn những người không đói. Ngoài ra, những người đang đói thì thấy thức ăn có kích thước lớn hơn so với những người không đói. Điều đó có nghĩa trong môi trường mơ hồ hay khi chủ thể thiếu quân bình nội tâm, chủ thể có xu hướng gia tăng tần suất nhận thức đối với những đối tượng có liên quan với mình và gán cho chúng một tầm quan trọng quá đáng. Công trình nghiên cứu của Levine và những cộng tác viên cũng đi đến những kết luận tương tự.

Các giá trị cũng chi phối nhận thức tri giác và hoạt động như một chất xúc tác. Qua thí nghiệm của Allport- Vernon, hai ông đưa ra cho những người tham gia thí nghiệm các từ có liên quan đến 6 phạm vi mà họ quan tâm: phạm vi học thuyết, kinh tế, thẩm mỹ, xã hội, chính trị và tôn giáo. Khi giá trị của một từ càng lớn vì có liên quan đến lợi ích của họ, thì thời gian nhận thức tri giác càng ngắn. Giống như nút điều chỉnh máy thu thanh ăn khớp với một làn sóng nhất định, các giá trị của chủ thể cũng ăn khớp với những tác nhân kích thích nhất định. Vì thế, người ta nhạy bén hơn trong việc phát hiện các dấu hiệu có liên quan đến các giá trị đó hay có thể liên quan với chúng. Một người mẹ - chỉ một mình bà - nhận ra tiếng khóc của đứa con, mặc dù những người chung quanh đang nói chuyện ồn ã, ấy là vì ngưỡng nhận thức của bà thấp. Đó là "sự nổi bật đáp ứng" (response salience). Các giá trị

phải làm cho chúng ta lạnh lợi. Lực đẩy của giá trị càng mạnh, chúng ta càng nhảy bén hơn trong việc phát hiện tác nhân kích thích, ngay cả những tác nhân kích thích khó phát hiện, để nhờ đó mà củng cố các giá trị của mình. Ngoài ra, sự sẵn sàng đáp ứng thì tương liên với kinh nghiệm đáp ứng của chúng ta trước đây và với các nhân tố nội tâm hiện nay. Như vậy, việc đáp ứng tùy thuộc cả xu hướng đáp ứng lẫn sự nổi bật đáp ứng.

Tóm lại, con người không chỉ đáp ứng hoàn cảnh khách quan, tức là thực tại vật lý, nhưng còn đáp ứng với ý nghĩa người ta gán cho nó. Nhu cầu hay giá trị càng lớn thì sự đáp ứng nổi bật càng lớn và có thể nắm bắt cả những điều ít quan hệ với chúng. Điều thú vị là khi nhu cầu hay giá trị vượt quá một cường độ nào đó, người ta có thể "thấy" các sự vật, mà trong thực tế thì không có các sự vật đó. Mọi người đều biết cái ảo giác của những người đói khát khi đi trong sa mạc hay lênh đèn trên biển cả.

d. Bất Nhất và Nhận Thức Tri Giác Lệch Lạc

Vì lòng tự trọng, con người không thể chấp nhận các nhu cầu vô thức. Do đó, người ta có thể bóp méo ít là một phần nhận thức của mình về hoàn cảnh, nhằm bảo vệ mình khỏi các nhu cầu mâu thuẫn hay nhằm thỏa mãn các nhu cầu. Ví dụ: Nếu một người xung khắc với bề trên, anh thường hiểu sai vai trò của quyền bính; chẳng hạn anh xem bề trên là người dũ tợn và phê phán tiêu cực chống lại bề trên. Ngay cả khi bề trên hành động đúng, anh vẫn đánh giá bề trên tiêu cực như trước. Một sự kiện phổ biến trong phạm vi huấn luyện là sự mù quáng của bề trên: Để lẫn tránh các nhu cầu mâu thuẫn, họ không nhìn thấy nguyên nhân gây ra xung đột và cảm thấy không cần phải chữa trị. Không phải họ giả vờ không thấy, mà chỉ vì họ không thấy thôi. Chúng ta hãy xem trường hợp một bề trên có nhu cầu lệ thuộc tình cảm. Bởi vì ông sợ thuộc cấp từ rầy ông, ông luôn luôn đáp ứng tích cực với họ, thường có khuynh hướng làm ngơ và không thấy. Ai ai cũng thấy và cũng biết, nhưng ông thì không. Tuy nhiên, nếu ông phải lấy lập trường, ông cảm thấy bị ruồng rẫy và trong trường hợp đó, ông phải loại bỏ sự lệ thuộc tình cảm của mình. Ông cư xử giống như những cha mẹ không muốn gây tranh cãi, cho nên họ không nhận thấy con mình đang nghiện ma túy: Mọi người đều biết, nhưng họ thì không.

Tóm lại, chúng ta có thể nói rằng, ngay cả trong lãnh vực thí nghiệm, thì nguyên tắc triết học *Quidquid percipitur ad modum recipientis percipitur* cũng được xác nhận: Khả năng nhận thức của chủ thể như thế nào thì mọi sự được nhận thức như thế. Các nhân tố nội tâm có thể chi phối nhận thức tri giác, cho nên chủ thể hết sức chú ý đến những dữ kiện này, bỏ qua những dữ kiện nọ, và bóp méo những dữ kiện khác. Một người thiếu tự tin thì lo sao để có một tác phong hòa hợp với nhân cách mình: Cứng nhắc, nô lệ môi trường và làm vui lòng

kẻ khác. Một người nhất quán thường suy nghĩ cách linh hoạt và quan tâm đúng mức đối với các nhu cầu của môi trường. Tuy nhiên, bóp méo thực tại thì dễ bởi một thực tại bất ngờ, thì khi đáp lại thực tại đó, họ ít khi thay đổi thái độ, nhưng lại hiểu sai và phê phán thực tại đó. Hậu quả là họ không thay đổi; trái lại, họ bộc lộ thái độ tự vệ hơn tương quan tích cực với tình huống để giúp mình phát triển lành mạnh.

3. Áp Lực Xã Hội (*nhân tố xã hội và nhận thức tri giác*)

Áp lực của nhóm cũng có thể thay đổi quá trình nhận thức. Ash đã làm một thí nghiệm nổi tiếng để khảo sát ảnh hưởng của đa số đối với một cá nhân, ngay cả khi ý kiến của đa số trái với thực tế. Ông yêu cầu một nhóm người quan sát một khúc cây mẫu. Sau đó ông cho họ xem 3 khúc cây khác, khúc thứ nhất dài hơn khúc cây mẫu, khúc thứ hai ngắn hơn và khúc thứ ba thì bằng khúc cây mẫu. Rồi ông yêu cầu họ cho biết khúc cây nào trong ba khúc cây trên dài bằng khúc cây mẫu. Sự khác biệt giữa các khúc cây đủ lớn, nên sự phán đoán không thể bị hạn chế do ngưỡng nhận thức. Ông chỉ thị cho mọi thành viên trong nhóm phải đồng thanh đưa ra đáp án sai. Người tham gia cuộc thí nghiệm phải đối diện với một sự tiến thoái lưỡng nan, vì ý kiến của mình khác với ý kiến của đa số: Một là ông sẽ nói lên điều ông phải nói nếu chỉ có một mình ông, hai là bỏ qua ý kiến của mình để chấp nhận ý kiến của đa số. Một số đồng đã nhượng bộ trước sức ép của đa số. Khi thực hiện những cuộc đối chứng liên tiếp, người ta thấy đa số những người tuân thủ "bóp méo" phán đoán của mình: Họ chấp nhận cách diễn tả của đa số, mặc dù cách diễn tả đó không phù hợp với thực tế mà mình cảm nhận. Tuy nhiên, một vài người tuân thủ cũng đã "bóp méo nhận thức" của mình: Họ đã nhận thức dựa trên sự phán đoán sai lầm của đa số áp lực của đa số khiến chúng ta chịu lép vế trước đa số, cho dù đa số đã đánh giá sai; chúng ta nhượng bộ đa số khi phán đoán hay khi nhận thức.

Một lãnh vực khác có ảnh hưởng đối với nhận thức tri giác: Đó là thiếu cảm giác. Chủ thể làm sao nhận thức được khi không có sự kích thích của môi trường hay sự kích thích ấy gần như không. Khi tìm hiểu những tháng đầu của hài nhi, chúng ta thấy có mối quan hệ giữa việc kích thích giác quan, tương quan với mẹ và sự thân thiện.

Những công trình nghiên cứu trước đây đã kết luận sau đó thì được làm rõ hơn - đứa trẻ phải tương quan tốt với mẹ nó thì mới có thể tương quan tốt với xã hội. Spitz là người đầu tiên đã thực hiện một nghiên cứu quy mô đối với những trẻ dưới một năm tuổi. Chúng được nuôi dưỡng trong hai môi trường khác nhau: Một là "nhà dưỡng nhi" (nursery) dành cho con cái của những bà mẹ độc thân và phạm pháp đang bị giam giữ; hai là "viện mồ côi" dành cho những trẻ mồ côi, không cha không mẹ. Những trẻ trong nhà dưỡng nhi có nhiều

đồ chơi, có thể nhìn thấy những chuyện đang xảy ra bên ngoài và được mẹ chúng chăm sóc. Trái lại, những trẻ mồ côi sống trong môi trường thiếu tác nhân kích thích và chỉ được chăm sóc bởi những nhân viên vội vã đến cho chúng ăn mà thôi. Spitz nhận thấy trẻ mồ côi chậm phát triển, rất dễ bị nhiễm trùng và mắc nhiều loại bệnh, mặc dầu điều kiện vệ sinh rất tốt. Hai năm sau, ông trở lại để quan sát và ghi nhận rằng người ta không thể thay đổi những tác hại mà môi trường viện mồ côi đã gây ra cho trẻ; và nguyên nhân của những tác hại đó là vì trẻ thiếu tiếp xúc với mẹ hay người bảo mẫu. Qua nghiên cứu đó, ông đồng ý với kết luận mà Ribble đã đưa ra: Các trẻ sơ sinh cần tiếp xúc với mẹ trong một thời gian dài và liên tục, để có thể hạn chế sự lo âu sinh học và duy trì căn tính thể lý. Những trẻ thiếu mẹ thì yếu sức khỏe. Bowlby đã tập hợp tất cả những công trình nghiên cứu trước đây và đưa ra một luận chứng vững chắc tại Tổ chức Y tế Thế giới năm 1952: Nếu trẻ con không được mẹ chăm sóc thì mãi mãi chậm phát triển về mặt trí tuệ thể lý và xã hội.

Những công trình nghiên cứu sau đó đã đánh giá lại lời khẳng định bi quan ấy. Qua nhiều công trình nghiên cứu trẻ em sống trong cơ sở từ thiện, người ta thấy không phải lúc nào chúng cũng chịu những hậu quả tiêu cực không thể thay đổi, cho dù chúng không được mẹ chăm sóc từ rất sớm. Do đó, người ta phải đi tìm những nguyên nhân khác khiến trẻ mồ côi chậm phát triển. Cuối cùng, người ta xác định thời gian và phẩm chất là yếu tố then chốt: Giai đoạn từ 6 - 7 tháng tuổi và khả năng nhận thức là những yếu tố then chốt.

Trước 6 tháng tuổi, việc chậm phát triển nói chung là do thiếu tác nhân kích thích giác quan (thính giác, cảm giác và xúc giác...) hơn là vì thiếu liên lạc với mẹ. Trong giai đoạn này, trẻ con rất cần được mẹ hay bảo mẫu kích thích giác quan, ít nữa là nhờ máy móc. Sau 6 tháng, mối quan hệ mẹ-con chiếm một tầm quan trọng hơn.

Theo Spitz và Ribble, những hậu quả tiêu cực vì thiếu sự chăm sóc của mẹ trước 6 tháng tuổi, có thể đưa đến việc thiếu nhận thức và cơ hội học tập. Tuy nhiên, nguyên nhân của những hậu quả tiêu cực sau thời gian 6 tháng tuổi là thiếu nhận thức tri giác và thiếu tình cảm, vì mối quan hệ mẹ-con đã được hình thành nay bị cắt đứt.

6-7 tháng tuổi không phải là một giai đoạn như bất cứ giai đoạn nào khác, nhưng là giai đoạn quyết định, qua đó nảy sinh các mối quan hệ xã hội (Theo Piaget, đó là giai đoạn cảm giác tự động). Bowlby ghi nhận rằng những trẻ em cách ly với mẹ sau giai đoạn đó vẫn còn bị choáng. Thế nhưng, nếu chúng bị cách ly trước thì chúng không bị choáng, hay ít nữa là không bị choáng đến như vậy. Spitz khám phá ra rằng, khoảng 6 tháng tuổi, trẻ có khả năng phân biệt mẹ mình với những người khác. Schaffer và Callender nhận thấy những trẻ được đưa vào bệnh viện sau 7 tháng tuổi thì phản kháng khi bị tách rời với mẹ. Chúng

nú chặt mẹ khi mẹ chúng đến thăm, chúng tỏ ra tiêu cực với nhân viên bệnh viện và sợ hãi. Những trẻ được đưa vào bệnh viện trước 6 tháng tuổi thì không phản kháng khi bị tách rời với mẹ, và sẵn sàng chấp nhận những người lạ thay thế mẹ. Đó là hội chứng "viện mồ côi" do Spitz mô tả. Với thời gian, sự phản kháng sẽ biến thành thất vọng. Trẻ sụt cân rõ rệt và kết quả xét nghiệm cho thấy chúng chậm phát triển. Sau 3 tháng, sự thất vọng sẽ đưa đến thoái hòi; chỉ số phát triển suy giảm nhanh. Trẻ nằm úp mặt xuống và không chịu tiếp xúc với môi trường chung quanh, không chịu ăn ngủ. Sau 4 tháng cách ly khỏi mẹ, trẻ tiến sang giai đoạn thờ ơ: Trẻ không khóc cũng không rên rỉ, ánh mắt bất động. Theo Spitz, điểm then chốt là ở đây: Nếu trẻ bị cách ly hơn 5 tháng, sự rối loạn của trẻ dường như không thể thay đổi. Phần lớn sẽ chết hoặc rối loạn tâm thần: Sau 4 tuổi, đa số những trẻ sống sót vẫn không biết đi. Tuy nhiên, nếu người mẹ trở về trước thời gian ấy trẻ liền được chữa lành ngay. Trẻ sẽ thoát khỏi sự thất vọng và chỉ số phát triển lại tăng nhanh như đã từng suy giảm trước đó, và sự phát triển nhanh hơn mức trước khi bị cách ly. Schaffer nhận ra hai hội chứng "hậu bệnh viện": hội chứng "toàn cầu" (trước 7 tháng tuổi) và hội chứng "quá lệ thuộc" (sau 7 tháng tuổi). Sau khi trở về nhà, trẻ "toàn cầu" vô cùng lo lắng để khám phá lại môi trường và ít chú ý đến những người chung quanh: Chúng cố lấy lại những vật kích thích giác quan mà chúng đã mất. Trái lại, trẻ "quá lệ thuộc" thì gắn bó với mẹ quá mức và thường khóc khi ở một mình: Chúng phải phục hồi mối quan hệ đã bị tan vỡ.

Tóm lại, môi trường xã hội chi phối cách nhận thức, phán đoán và tương quan của chúng ta. Chúng ta đã tìm thấy hai nhân tố: Đó là áp lực xã hội và thiếu kích thích giác quan. Áp lực xã hội hầu như luôn luôn gây ảnh hưởng. Còn thiếu kích thích giác quan đặc biệt gây ảnh hưởng khi chủ thể mất đi những mối liên hệ có ý nghĩa. Trong bất cứ hoàn cảnh nào, chúng ta đều phải đối phó với hai nhân tố đó. Dù chúng không thuộc lãnh vực trí tuệ nhưng cả hai đều chi phối các hoạt động của trí tuệ xuyên qua tri giác nhận thức. Nếu chúng ta lấy quyết định mà chỉ dựa trên sự tán thành hay không tán thành của xã hội, quyết định của chúng ta có thể là một thỏa hiệp. Khi đứa trẻ khao khát tương quan với xã hội, bởi vì nó bị cách ly với xã hội, nó có thể thay đổi hoạt động tri thức của mình. Nếu trẻ nghĩ rằng mình phải thỏa hiệp với người khác, bấy giờ trẻ tiếp tục sống trong sai lầm. Người lớn luôn luôn có một chút trẻ con.

4. Những Dị Biệt Văn Hóa

Nhân tố cuối cùng thuộc về nhân loại học văn hóa hơn là tâm lý học. Nhận thức về một vật thể thay đổi tùy theo chức năng của vật thể đó trong một nền văn hóa nhất định. Một vật thể có thể thiết yếu cho sự tồn tại của nền văn hóa này, nhưng chẳng ích gì cho nền văn hóa kia. Vì thế, để biểu thị và mô tả tầm quan trọng của một vật thể trong nền văn hóa mình,

người ta sử dụng nhiều từ vựng để làm cho khả năng nhận thức thêm sắc bén. Ví dụ: Dân Eskimo dùng nhiều từ vựng khác nhau để phân biệt các loại băng tuyết, mà chúng ta không thấy trong ngôn ngữ của các nền văn hóa miền ôn đới. Đó không chỉ là sự nhạy bén của ngôn ngữ mà còn là sự nhạy bén của nhận thức tri giác. Người dân trong nền văn hóa này có một sự nổi bật đáp ứng mà người dân thuộc những nền văn hóa khác không có. Nhờ từ vựng trong một hệ thống ngôn ngữ nhất định, người ta có thể trình bày những điều mình nhận biết. Ngôn ngữ không chỉ cho thấy người dân giao tiếp với nhau như thế nào, nhưng còn cho thấy họ phân tích, nhận xét các hiện tượng và tổ chức nhận thức của mình như thế nào.

* Kết luận tổng quát: Nhận thức tri giác xét như một toàn thể thì chính xác, nhưng khó tránh khỏi lệch lạc, nhất là khi hoàn cảnh bên ngoài hay tình trạng nội tâm của chủ thể rối rắm, mâu thuẫn và đầy cảm xúc. Chúng ta nhận thức thực tại như thế nào, đó là chức năng của những nhân tố hiện nay và kinh nghiệm trước đây của chúng ta. Cách phản ứng của mỗi người một khác: Nó thay đổi liên tục, từ thái cực nhạy cảm đến thái cực ức chế. Cho dù chúng ta không nhận biết tác nhân kích thích cách ý thức, nhưng chúng ta vẫn có thể đáp lại tác nhân đó. Trong nhận thức tri giác, những đặc điểm của đối tượng, các nhân tố nội tâm, áp lực xã hội và các yếu tố văn hóa cùng chi phối cách tư duy và quyết định của chúng ta.

C. NHẬN THỨC XÃ HỘI (SOCIAL PERCEPTION)

Thuật ngữ này muốn nói đến việc chúng ta nhận biết tha nhân, đặc điểm, phẩm chất và tình trạng nội tâm của họ. Dù người ta sử dụng thuật ngữ này một cách rộng rãi, nhưng thuật ngữ này vẫn không chính xác, bởi vì hoạt động này không chỉ liên quan đến nhận thức tri giác mà thôi: Khi chúng ta bày tỏ ý kiến về ai, chúng ta không chỉ dựa trên sự quan sát trực tiếp, nhưng còn dựa trên sự đánh giá tức thời, mà sự đánh giá này lại nối kết với việc lý giải các dữ liệu cảm giác.

Có nhiều vấn đề cần tìm hiểu trong phân đoạn này: Chúng ta có thể biết cảm xúc của người khác không? Làm sao biết những cảm xúc của họ? Làm sao chúng ta có thể nhận biết người khác? Dựa vào đâu mà chúng ta có khả năng nhận biết người khác? Phải chăng một số người này "quan sát tốt" hơn những người khác? Tương quan của tôi với người khác có ảnh hưởng đến việc tôi nhận biết người ấy không?

Ở đây, chúng ta sẽ giới hạn trong 3 khía cạnh liên quan tới đề tài cuốn sách này:

- 1) Một vài tiến trình giúp chúng ta biết người khác.
- 2) Nguyên nhân sai lầm trong nhận thức xã hội.

3) Nhận biết người khác và sự thay đổi của họ.

Mọi nguyên tắc chi phối việc nhận thức các vật thể đều có thể áp dụng cho việc nhận biết con người. Chẳng hạn, chúng ta không lấy làm lạ vì các giá trị và nhu cầu không chỉ ảnh hưởng đến nhận thức của chúng ta về các vật thể, mà còn ảnh hưởng đến nhận thức của chúng ta về người khác. Ở đây, chúng ta còn có những yếu tố mới, bởi vì con người thì "kích thích" tôi hơn các vật thể. Cũng như tôi, người khác khó có thể đoán trước hơn nhiều. Khi nhận thức về người khác, tôi bị liên lụy nhiều hơn. Đối phó với con người thì khó hơn là đối phó với đồ vật.

1. Một Vài Quá Trình Trong Việc Nhận Biết Con Người (Some processes in the perception of persons)

a. Mục Đích Của Người Nhận Thức

Khi chúng ta quan sát hay phán đoán, chúng ta có lý do. Có khi chúng ta muốn tìm hiểu thái độ của công nhân khi lao động (anh ta có thể chu toàn công việc tôi giao phó không? Anh ta có thể trở thành một công nhân tốt không?); có khi chúng ta quan tâm đến mối quan hệ của người đó với chúng ta (Anh ta về phe tôi? Tôi có thể tin cậy anh ta không?); có khi chúng ta quan tâm đến hạnh phúc của anh ta (Anh ta có hạnh phúc không?). Động cơ và mục đích của việc phán đoán chi phối bản chất của việc phán đoán. Chúng ta có thể áp dụng bốn chức năng của thái độ cho người nhận thức.

b. Các Khuôn Mẫu Xã Hội (social stereotypes)

Khi chúng ta gặp một người, chúng ta thường xếp người đó vào một loại "đã được tổng quát hóa." Với người Đức, chúng ta áp dụng những thuộc tính của khuôn mẫu mà chúng ta đã có về người Đức; với người linh mục, chúng ta áp dụng khuôn mẫu giáo sĩ, và vân vân. Ấn tượng của chúng ta về người khác chịu ảnh hưởng của kiến thức về khuôn mẫu, nhất là khi chúng ta có ít thông tin về người đó. Chúng ta thường nhận định về người khác theo khuôn mẫu mà chúng ta gán cho họ hơn là dựa trên những đặc điểm riêng của họ.

Việc khuôn đúc (Stereotyping) có 3 đặc điểm sau đây:

- Chúng ta chọn những thuộc tính nhất định, hay những thuộc tính mà chúng ta nghĩ là chung cho một loại người, rồi tổng quát hóa thành những đặc điểm chính của loại người đó.
- Khi chúng ta biết một người thuộc loại người nào đó thì ngay tức khắc chúng ta có ấn tượng là người ấy có những thuộc tính của loại người đó.
- Bất chấp việc tổng quát hóa, khuôn mẫu xã hội thừa nhận có sự khác biệt giữa những đặc điểm chúng ta gán cho một người và những đặc điểm thật sự của người đó. Bởi

vì người này khác với người kia, cho nên không phải lúc nào chúng ta cũng có thể áp dụng một khuôn mẫu cho mọi thành phần.

Vì đặc điểm thứ ba này, nên khuôn mẫu không hẳn là một định kiến hay nguyên nhân của sai lầm. Khi chúng ta biết một "loại người" và những đặc điểm cơ bản của một nhóm, đó là bước đầu để hiểu biết một người: Nếu chúng ta hiểu rõ nền văn hóa nông thôn, chắc chắn chúng ta dễ hiểu những người sống tại nông thôn hơn. Chúng ta cần biết địa vị xã hội, nhiệm vụ và tư cách thành viên của người ta, nhưng như thế thì chưa đủ: Nếu chỉ có thế mà thôi, chúng ta ắt sẽ không hiểu những đặc tính trong cơ cấu của người đó. Khuôn mẫu chỉ cung cấp giả thuyết để nghiên cứu và những đặc điểm mà một người có thể có. Chúng ta cần phải độc lập đối với khuôn mẫu thì mới có thể biết những đặc điểm thực sự của một người.

c. Mô Hình Nhân Loại Học

Dù ý thức hay không, mọi chủ thể nhận thức đều có một "lý thuyết" về người khác, lý thuyết này chi phối nhận thức và phán đoán của chủ thể. Quan niệm của chúng ta về con người nói chung chi phối cái nhìn của chúng ta về con người cụ thể. Do đó, chúng ta cần phải làm sáng tỏ quan niệm của chúng ta về con người. Chỉ khi nào chúng ta đi vào lãnh vực lý thuyết, bấy giờ chúng ta mới có thể vạch ra một kế hoạch hành động cụ thể. Để phân biệt những gì chúng ta thấy ở tầng trệt và những gì chúng ta thấy trên lầu 1, nếu chúng ta chỉ mở mắt nhìn mà thôi thì chưa đủ. Những điều chúng ta thấy bị chi phối bởi mô hình của chúng ta. Nếu chúng ta xuất phát với những giả định thiếu cơ sở về mặt lý thuyết, chúng ta có nguy cơ hành động cách ngẫu hứng và tùy tiện. Chính vì thế mà hành động của chúng ta thiếu thống nhất: Mỗi người hành động một cách, theo những tiêu chuẩn độc đoán và không thể kiểm chứng, đến mức người ta dựa trên những sự kiện ngẫu nhiên để quyết định hành động.

d. Nhận Thức Bản Thân

Những đặc điểm của chủ thể chi phối cách nhận thức của mình về người khác. Ai nghĩ rằng mình đang có những đặc điểm đáng quý thì có khuynh hướng gán những đặc tính ấy cho người mình yêu thích hơn người mình không quan tâm hay không thích. Vì thế, khi anh ta tự giới thiệu cho bạn bè, anh ta sẽ phóng đại "các điểm tương đồng mà anh ta nhận là của mình," không phải vì anh ta có những đặc điểm ấy, nhưng vì anh ta mong ước có những đặc điểm ấy. Vì những đặc điểm mà anh ta khao khát, nên anh ta có chọn lọc khi nhận thức. Nếu tôi đánh giá một đặc điểm nào đó là tuyệt vời (ví dụ tính trung thực, sắc đẹp hay nam tính), thì tôi sẽ dựa vào đặc điểm đó để nhận thức về người khác. Những đặc điểm mà tôi

khao khát có thể bắt nguồn từ một sự bất nhất ngấm ngấm: Chẳng hạn, vì nhu cầu lệ thuộc tình cảm, tôi rất bén nhạy đối với những dấu hiệu của lòng yêu mến. Vì lẽ đó, người khác được xem là hấp dẫn hay lạnh nhạt, tùy mức độ họ có khả năng (thực sự hay phỏng đoán) đáp ứng nhu cầu của tôi.

Nói chung, chúng ta có thể thấy mình giống người khác không phải dựa trên thực tế, nhưng dựa trên sự phỏng đoán. Chúng ta nghĩ kẻ chúng ta yêu mến thì giống chúng ta. Sự giả định đó có thể bắt nguồn từ việc thiếu tự do nội tâm, khiến chúng ta đi tìm nơi người khác điều chúng ta ao ước hay cần tìm kiếm.

2. Nguyên Nhân Sai Lầm

a. Định Kiến

Tương quan với người khác có thể thay đổi luôn luôn, tiến triển và thường thì mâu thuẫn. Do đó, chúng ta phải luôn luôn cởi mở tiếp nhận những thông tin mới do người khác gửi đến. Tuy nhiên, vì nhận thức thì bất biến, nên chủ thể nhận thức có thể bỏ qua những thay đổi và yếu tố mới, hầu như vẫn nhận thức như trước. Hậu quả là chủ thể đơn giản hóa và ổn định quá trình nhận thức, đồng thời có cảm tưởng là người khác không thay đổi. Tuy nhiên, điều đó cũng có thể biến thành nhận thức sai lầm và định kiến.

Định kiến đầu tiên trong nhận thức xã hội là xem người khác như một thực thể bất biến và không thay đổi. Cho dù người khác đã thay đổi và hôm nay cư xử khác hôm qua, chúng ta vẫn xem người đó "luôn luôn là như thế." Có một loại hệ thống chọn lọc trong nhận thức, nó không cho phép chúng ta thấy người khác đang hành động khác với hình ảnh mà chúng ta có về họ.

Định kiến thứ hai là xu hướng xét đoán động lực thúc đẩy người khác hành động. Chúng ta thường cho rằng hành động của họ luôn luôn phản ánh tình trạng nội tâm của họ. Chúng ta dễ dàng diễn giải một hành động thù địch như biểu hiện của ác tâm, chứ không cố gắng tìm hiểu hoàn cảnh và những động cơ tiềm ẩn đã thúc đẩy người ta hành động như thế. Do đó, nếu chúng ta không nhận biết định kiến của mình, chúng ta sẽ đi từ việc lên án hành động đến việc loại trừ người khác một cách bất công, và hậu quả sẽ rất nghiêm trọng.

b. Phân Loại

Nếu chúng ta bị phân loại, chúng ta cảm thấy bị xúc phạm. Bởi lẽ con người chúng ta thì phức tạp hơn nhiều so với những gì người khác nghĩ về chúng ta. Thậm chí một cuốn tiểu sử dày ba bộ vẫn không thể đánh giá đủ công bằng về chúng ta. Lỗi phán đoán "đơn giản hoá" thường dựa trên sự đánh giá về một chi tiết trong hành vi của người khác (một lời

nói, cử chỉ...) mà áp dụng cho toàn thể con người của họ. Bởi đó, chúng ta thường diễn giải mọi biểu hiện của họ dựa trên sự phán đoán đơn giản hóa của chúng ta. Rốt cuộc, họ bị xếp loại một cách chung chung là đáng yêu / đáng ghét. Khuynh hướng đó được gọi là "hiệu ứng hào quang." Một khi chúng ta đã có ấn tượng về ai, chúng ta giữ ấn tượng đó mãi mãi và đánh giá mọi sự theo ấn tượng đó; nếu sau đó có điểm nào trái với phán đoán đơn giản hóa của chúng ta, chúng ta xem là trường hợp "ngoại lệ." Do đó, nếu một sinh viên luôn luôn đạt điểm 10 ở trường, chúng ta có khuynh hướng xem anh ta cũng xuất sắc trong những lãnh vực khác như sự trưởng thành, dần thân, tinh thần phục vụ... cho dù anh ta thật yếu kém trong những lãnh vực này. Đó là tình trạng mà người ta gọi là "sủng ái" hay "thất sủng."

c. Tâm Trạng Cảm Xúc

Feshbach và Singer ghi nhận rằng những ai từng bị tra tấn bằng roi điện, thường phê phán những người trong ảnh nghệ thuật là hoảng sợ (phóng chiếu phụ) hoặc gây hấn (phóng chiếu bổ túc). Người ta đánh giá như thế không phải vì nội dung bức ảnh, nhưng do tình trạng cảm xúc của mình. Câu nói "đừng xin người đang yêu mô tả người mình yêu" thật có ý nghĩa. Đó cũng là hiện tượng mà chúng ta thường thấy trong những gia đình có xung đột. Do ảnh hưởng của căng thẳng cảm xúc hiện nay, người ta quay về quá khứ và lấy lại những điều tiêu cực, đồng thời bác bỏ hay giải thích lại những điều tích cực. Vẻ đẹp của nàng mà trước đây chàng hằng ngưỡng mộ nay trở thành phù vân; sự nhiệt tình của nàng nay trở thành cuồng si; sự dịu dàng của nàng nay trở thành sự ngu xuẩn; sự hồ hởi của nàng nay trở thành lảm chuyện; sự dè dặt của nàng nay trở thành tính hờn dỗi.

Xử lý cảm xúc của mình là điều kiện thiết yếu để có thể tương quan hữu hiệu với người khác. Nếu chúng ta biết một chút những động cơ phức tạp của mình, sự bất nhất và cấu trúc duy nhất của mình, chúng ta cũng có thể hiểu sự phức tạp và độc đáo của người khác, ít nữa chúng ta tránh phóng chiếu tâm trạng của mình khi nhận thức về người khác. Đôi khi chúng ta đừng phán đoán thì khôn ngoan hơn, ngõ hầu chúng ta không quá liên lụy về cảm xúc.

5. Nhận Thức về Người Khác và Sự Thay Đổi Của Họ

Tới đây, chúng ta cần tự hỏi: Tôi nhận thức về người đối thoại như thế nào?

a. Nhận Thức Khái Quát (cognitive outlines)

Chúng ta nhận thức đúng về người khác khi "điều tôi nghĩ về họ" tương ứng với "thực chất của họ". Trái lại, nhận thức của tôi bị méo mó, khi khái niệm của tôi về người khác không tương ứng với thực tế, nghĩa là "người khác theo suy nghĩ của tôi" rất khác (hay

tương phản với) thực chất của người đó. Nhận thức lệch lạc không chỉ ảnh hưởng đến sự hiểu biết (tôi không còn tự do khi tương quan với người khác nữa), nhưng còn ảnh hưởng đến sự phát triển của họ. Khi tương quan với tôi, họ buộc phải cư xử với tôi như tôi mong đợi. Điều này rất quan trọng khi chúng ta có nhiệm vụ giúp đỡ người khác chẳng hạn như linh hướng. Để giúp người thụ hướng phát triển, người linh hướng không những phải nhận thức đúng về người thụ hướng, mà còn phải uyển chuyển và chân thành tin tưởng là người thụ hướng có thể biến đổi.

Nếu tôi nghĩ anh là người vui tính, thì khi gặp anh, tôi sẽ nhã nhặn và sẵn sàng nói chuyện với anh. Vì thái độ ân cần của tôi mà anh có điều kiện để tỏ ra ân cần đối với tôi. Sau khi gặp anh, tôi tự nhủ: "Mình thật có lý khi nghĩ rằng anh ta là người vui tính" (sự mong đợi của tôi chi phối mối tương quan của anh với tôi). Trái lại, nếu tôi nghĩ anh là một kẻ khó tính, thì ngay khi gặp anh, tôi sẽ cảm thấy bức bối. Bấy giờ, anh cũng sẽ phản ứng tương tự như tôi nghĩ về anh, và phản ứng của anh chứng nhận điều tôi dự đoán là đúng. Trong cả hai trường hợp, chúng ta đều thấy có một điểm chung: Tôi gặp được loại người như tôi mong đợi. Khái niệm của tôi về anh xui khiến anh hành động một cách tương ứng. Nếu tôi nghĩ anh là một người ngớ ngẩn, thì y như rằng anh sẽ cư xử với tôi một cách ngớ ngẩn, không phải vì anh ngớ ngẩn, nhưng vì tôi nghĩ anh là người ngớ ngẩn. Còn nếu tôi nghĩ anh là người hiềm thù, thì y như rằng anh sẽ trả thù.

Chúng ta hãy phân tích kỹ hơn mối tương quan giữa nhận thức khái quát của tôi và sự phát triển của người khác.

1) Mỗi khi tôi gặp ai, tôi không thể tìm hiểu người đó từ đầu và biết người đó như thế tôi mới gặp lần đầu. Điều chắc chắn là tôi đã có sẵn "những xác tín khái quát" hay "nhận thức khái quát" về họ. Chúng xuất hiện mỗi khi tôi gặp họ và nhờ đó mà tôi "nhận ra" họ ngay tức khắc. Mọi hành vi mới đều được tôi diễn giải dưới ánh sáng những điều tôi đã biết về họ.

2) Nhận thức khái quát của chúng ta phải cởi mở uyển chuyển và không nên khép kín - cứng nhắc. Để biết người khác, tôi phải sẵn sàng duyệt lại nhận thức khái quát của tôi, dựa trên những thông tin mới do họ cung cấp (tôi đã tin anh là người ngớ ngẩn, nhưng khi đã biết rõ anh hơn, tôi phải thay đổi não trạng của tôi). Nếu không thì dù người khác có làm phép lạ trước mặt tôi tôi vẫn thấy họ như trước, một cách lệch lạc - không thực tế. Vì thế, tôi không thể tiếp thu được thông điệp bên kia lời nói của họ.

3) Nhận thức lệch lạc của tôi về người khác kích thích hay lôi cuốn họ hành động một cách nào đó để xác nhận nhận thức của tôi. Vì lẽ đó, hành vi của họ không thể biểu lộ nhân

cách đích thực của mình, nhưng do nhận thức lệch lạc của tôi tạo ra. Hành vi của họ như muốn nói: "Có thay đổi cũng chẳng ích gì; dù tôi có làm gì đi nữa, thì tôi mãi mãi là người ngớ ngẩn đối với anh ta; thay đổi cũng vô ích, nên tôi ngớ ngẩn cũng được."

Thông thường, cả hai đều bị điều kiện hóa mà không biết. Bây giờ, nhận thức tiêu cực của tôi sẽ được chuyển tải bằng nhiều loại thông điệp khác nhau như lời nói và ngôn ngữ không lời, cảm giác và bán-cảm giác (semi-sensory), và tạo ra một tác động tương ứng nhất định. Hiển nhiên là người nhận thông điệp bị tác động nhiều hay ít còn tùy mức độ trưởng thành của mình. Dù sao đi nữa, nếu tôi chuyển tải những thông điệp đó, tôi gây ra một ảnh hưởng tiêu cực và không giúp anh ta phát triển được.

4) Khi tôi thay đổi bản nhận thức khái quát của mình về người khác, thì sự thay đổi của tôi có thể khuyến khích anh ta thay đổi. Mọi người trong chúng ta đều có một nhận thức khái quát về những người sống bên cạnh chúng ta; do đó, tất cả chúng ta đều có thể lệch lạc. Bởi vậy chúng ta không thể chờ đợi người khác thay đổi như một điều kiện để chúng ta thay đổi chính mình. Mỗi người phải nhận lấy trách nhiệm của mình, nghĩa là mỗi người phải nỗ lực tự hoán cải chứ không nên dựa vào sự hoán cải của người khác như một điều kiện. Trong lãnh vực này, hoán cải là tự hỏi: Anh ta! cô ta có thật như tôi nghĩ không? Đặt câu hỏi như thế không có nghĩa chúng ta hoài nghi mối tương quan với người khác và biến tương quan đó thành một cuộc gặp gỡ giữa những người xa lạ với nhau, nhưng biến nó thành một tương quan thật sự.

Chúng ta hãy từ tốn khi phác họa chân dung người khác. Vẽ chân dung không phải là chụp ảnh. Nếu chúng ta cố gắng cởi mở để duyệt lại khái niệm của mình về người khác, bây giờ chúng ta mới có thể tiếp thu cả những điều mà người khác không nói ra. Hơn nữa, nhờ sự uyển chuyển của tôi mà người khác được khích lệ bộc lộ những yếu tố mới. Như thế, khi tôi có thiện chí cải thiện khái niệm của tôi về người khác, đó là yếu tố khuyến khích họ trở nên tốt hơn. Khi tôi chấp nhận cải thiện khái niệm của tôi về người khác, tôi kích thích khả năng cải thiện của họ.

b. Sự Khả Ái Khách Quan (objective loveability)

Khi chúng ta thừa nhận là mình có thể lệch lạc khi nhận thức về người khác, điều đó không có nghĩa là chúng ta chịu khuất phục trước sự yếu kém của chúng ta. Đối với hoạt động tâm linh cũng như nhận thức tri giác, chúng ta cần một vài chỉ dẫn để biết xử lý nhược điểm đó. Hoạt động của bộ máy tâm thần - như chúng ta đã thấy - phải được điều khiển bởi các giá trị, cụ thể hơn là các giá trị liên quan đến những thực tại siêu việt. Nhận thức tri giác của chúng ta phải được hướng dẫn bởi sự khả ái khách quan. Điều đó muốn nói rằng mọi

người đều đáng yêu, không phải vì hành vi hay công trạng đặc biệt và phẩm chất khả ái của họ. Mọi người đáng yêu là vì phẩm giá của họ, phẩm giá đó bắt nguồn từ việc con người là một thụ tạo sống động. Đó là một cấu tạo của căn tính mà chúng ta đã xác định là quà tặng Đấng Tạo hóa ban cho mọi người. Sự khả ái khách quan còn liên quan đến các giá trị cơ bản của cuộc sống và tồn tại (như là một giá trị siêu việt) ngay cả nơi những người mà bề ngoài có vẻ thiếu phẩm giá. Theo lẽ tự nhiên, chúng ta dễ nhận ra sự khả ái khách quan nơi những người biết mình phải làm gì để được đáng yêu.

Chúng ta thử tìm hiểu sâu hơn nhận thức tích cực đối với tha nhân. Triết học cổ điển đã từng khẳng định chúng ta phải hiểu các thực thể hữu hạn như một thực tại được tham dự và đặt nền móng trên thực tại cơ bản và tuyệt đối giống như Thiên Chúa, Hữu Thể Hằng Hữu. Đối với triết học kinh viện, thụ tạo nào càng gần với Thiên Chúa thì càng có phẩm giá; bởi đó, chúng ta phải yêu thương con người hơn súc vật hay đồ vật. Quả vậy, con người tự bản chất thì gần với Thiên Chúa hơn và yêu mến Thiên Chúa trên hết mọi sự. Dưới ánh sáng của định hướng này, tha nhân xuất hiện trước mặt chúng ta với sự khả ái khách quan họ: Đó là một hữu thể được chia sẻ sự sống của Thiên Chúa tối cao. Có một sự thiện tối hậu và khách quan nơi tha nhân: Tha nhân là một người đáng yêu vì họ là thụ tạo của Thiên Chúa, bất kể họ làm gì. Tuy nhiên, có thể xảy ra là tha nhân, một hữu thể hữu hạn, chỉ quy về mình và sử dụng lý tính để chỉ yêu mình, bằng cách theo đuổi một cuộc sống độc lập. Ngay cả trong trường hợp ấy, họ vẫn không mất đi sự khả ái khách quan. Họ trở nên xấu vì việc họ làm, chứ không phải vì bản chất của họ. Trên thực tế, khuynh hướng thân thiện với Thiên Chúa có thể chỉ là một tiềm thể chứ không phải là thực tế. Điều đó muốn nói nhận thức của chúng ta về tha nhân không chỉ dựa trên tiềm năng thân thiết với Thiên Chúa mà tha nhân đã có sẵn, nhưng còn dựa trên khả năng thân thiết với Thiên Chúa mà chúng ta muốn họ đạt tới, cho dầu họ chưa thực sự đạt tới. Tôi không tán thành hành động của tha nhân, vì hành động của họ che khuất sự thiện khách quan của mình. Tôi không tán thành hành động của họ, nhưng không vì thế mà tôi có quyền không chấp nhận họ như một ngôi vị. Một người đáng yêu ấy là vì bản chất của anh ta, chứ không phải vì việc anh ta làm; chúng ta có thể không tán thành việc làm của anh ta, nhưng không bao giờ chê bai bản chất của anh ta.

Nói như thế không có ý biện minh cho mọi sự và mọi người cách mù quáng (vì anh ấy đáng yêu cách khách quan, nên anh ấy muốn làm gì thì làm; tôi cố gắng nhận ra thiện ý của anh ấy qua xác thịt yếu đuối của anh ấy). Trái lại, khi chúng ta mong muốn người khác trở nên người mà họ "phải" là, chúng ta không tán thành những hành động ích kỷ xấu xa và tự vệ của họ. Chúng ta đòi họ phải thực hiện số phận đầy tiềm năng mà chúng ta không ngừng

nhìn thấy nơi con người của họ. Sự khác biệt là ở chỗ chúng ta đòi hỏi họ thực hiện số phận mình như thế nào, điều đó giả thiết là chúng ta đã nhận ra sự khả ái khách quan của họ. Tôi yêu cầu họ làm điều đó, chẳng phải vì họ đã đánh mất niềm tin và phải lấy lại niềm tin đã mất, nhưng chỉ vì tôi vẫn tin tưởng họ và tôi biết họ có thể trở nên người mà họ "phải" là.

Những gì tôi yêu cầu không có mục đích nào khác hơn là giúp họ thỏa mãn cái nhu cầu tiềm tàng nơi mình: Đó là trở nên tốt hơn. Tôi làm thế không phải để hình ảnh của họ được phục hồi trong mắt tôi ("sự tương đồng giả định") nhưng là để họ có thể trung thành với dự phóng đã vạch sẵn nơi mình. Bất chấp hành vi của họ, tôi vẫn nhìn thấy dự phóng đó nơi họ. Chỉ khi nào tội nhân cảm thấy mình được tha thứ, bấy giờ họ mới có thể thú nhận mình có tội. Có thể chúng ta không tán thành hành vi của tha nhân, nhưng chúng ta không bao giờ phủ nhận sự đáng yêu của con người.

Vì sao chúng ta muốn điều tốt cho người khác? ấy là vì chúng ta nhìn họ trong tình yêu Thiên Chúa: Đó là hấp lực của giá trị siêu việt, nó cho chúng ta có khả năng nhìn xa hơn hành vi của tha nhân, để nhìn thấy tâm hồn và bản chất tốt lành của họ, cho dù bản chất tốt lành đó đang mâu thuẫn với hành vi của họ.

Sau hết, khi chúng ta nhìn tha nhân với một cái nhìn trong suốt, điều đó không muốn ám chỉ: Tôi yêu thương tha nhân bởi vì tôi yêu mến Thiên Chúa (nhưng nếu tôi không yêu mến Thiên chúa, ai nào biết tôi sẽ làm gì cho họ). Nếu như thế thì Thiên chúa và tôi ở bên này, còn người anh em kia thì ở bên nọ. Anh ta được may mắn là nhờ tôi yêu mến Thiên Chúa. Tuy nhiên, anh ta vẫn bị loại ra khỏi tương quan yêu thương giữa tôi và Thiên Chúa: Anh ta chỉ nhận được một ít lợi lộc qua sự phản ánh và "sự tốt lành" của tôi. Trái lại, nhìn tha nhân với cái nhìn trong suốt có một ý nghĩa sâu xa hơn: Tôi yêu mến Thiên chúa và trong tình yêu đó, tôi bắt gặp tha nhân và đưa anh ta vào trong tình yêu đó. Bởi thế, anh ta cũng chia sẻ tương quan thân mật của tôi với Thiên chúa. Tôi yêu thương anh ta không chỉ vì tôi yêu mến Thiên chúa, nhưng tôi yêu thương anh ta vì anh ta là một phần thiết yếu trong tương quan của tôi với Thiên Chúa. Như vậy, yêu thương tha nhân là bằng chứng tôi yêu mến Thiên chúa. Vì lẽ đó, dưới quan điểm tâm lý học, kiểu nói "tôi yêu thương tha nhân vì tình yêu Thiên chúa" quả mơ hồ. Chúng ta nên nói như thế này: Tôi yêu thương tha nhân trong Thiên chúa.

D. KẾT LUẬN

Khi cái tôi duy nhất và toàn vẹn tương tác với đối tượng, nó được biểu lộ qua nhận thức tri giác. Giả như chúng ta có thể chia đôi nhận thức tri giác, chúng ta sẽ thấy có 2 phần: Một là cái tôi cùng với những cấu tố của nó (cảm xúc, nhu cầu, giá trị, tình trạng cảm

xúc...), hai là đối tượng cùng với các cấu tố của nó (cường độ, giá trị, sự quen thuộc...). Qua nhận thức tri giác, cái tôi và tác nhân kích thích được nối kết với nhau. Đối tượng nhận thức không hề được chụp như một bức ảnh, nhưng bị cái tôi chi phối đến mức đối tượng có thể bị bóp méo. Khi bóp méo nhận thức, cái tôi có được một lợi ích tức thời: Bóp méo nhận thức là chiến thuật nhằm đơn giản hóa những thông tin phức tạp mà chúng ta phải chịu đựng mỗi ngày và nhờ đó mà cuộc sống dễ thở hơn. Chúng ta cảm thấy an tâm là mình đang kiểm soát các biến cố mang lại sự an toàn, nếu không thì chúng ta sẽ rối loạn. Tuy nhiên, bóp méo nhận thức là bóp méo thực tại, và vì thế, chúng ta không thể tiếp xúc thích đáng với thực tại.

Biểu thị nhận thức được hình thành là kết quả của sự gặp gỡ giữa tác nhân kích thích - từ môi trường đi vào bộ máy tâm thần - với cái cốt lõi trong bộ máy tâm thần. Để có được một nhận thức đúng, tác nhân kích thích phải dễ hiểu, đồng thời cái tôi phải hết sức kiên định khi sắp xếp các dữ liệu khả giác và hạn chế tối đa việc bóp méo đối tượng nhận thức. Cái tôi càng nhất quán, thì những biểu thị khái quát bên trong nội tâm càng thực tế, nhờ đó, chúng ta có thể phối hợp những thông tin do giác quan cung cấp, mà vẫn có thể tôn trọng những thông tin do nhận thức khái quát cung cấp. Allport phân biệt nhận thức tri giác với việc xử lý. Nhận thức tri giác là một tiến trình liên hệ chặt chẽ với giác quan. Trong khi đó, việc xử lý bao hàm tất cả những ảnh hưởng của tâm trạng, và tâm trạng thì đứng giữa thông tin do giác quan cung cấp và hành vi.

Khi phối hợp các thông tin, chúng ta tôn trọng thực tại. Để tóm tắt mối quan hệ giữa biểu thị khái quát trong nội tâm và tác nhân kích thích giác quan, chúng ta có thể mượn hai thuật ngữ "đồng hoá" và "thích nghi" mà Piaget đã sử dụng khi tìm hiểu việc hình thành cấu trúc của đời sống tâm linh. "Đồng hoá" ám chỉ sự lười biếng về mặt cấu trúc (structural laziness), tức là khuynh hướng đáp lại những biến cố mới với một cung cách cũ. Những tác nhân kích thích mới được sát nhập vào định hướng khái quát đã có. Trái lại, "thích nghi" là hoàn thiện cấu trúc dưới tác động của những thông tin mới. Khi chủ thể toàn nhập cả hai tiến trình trên đây, chủ thể sẽ tạo thuận lợi cho sự phát triển, đó là giai đoạn trung gian giữa tù hãm và cách mạng. Phát triển là sự kết hợp giữa bảo toàn và mở mang: Đó là một quá trình đi lên, bằng cách giữ lại những điều cốt yếu và bền vững, loại bỏ điều cũ kỹ, và bổ túc bằng những thông tin mới. Nếu cấu trúc bản ngã yếu kém, chắc chắn người ta không thể hòa nhập hai tiến trình đó lại với nhau. Bấy giờ "đồng hoá" trở thành khuôn mẫu bao gồm những sự đáp ứng cứng nhắc và chủ thể nhìn thấy mọi sự như phương tiện để củng cố nỗ lực cứng cỏi của mình; nếu không thì người ta sẽ không thấy gì hay bóp méo mọi sự. Còn "thích nghi" sẽ trở thành sự dễ dãi chấp nhận, và vì thế, tương quan giữa chủ thể và

thực tại bị chi phối bởi áp lực của nhóm hay ảnh hưởng của môi trường. Một bên là sự nhận thức tiên kiến và cứng nhắc, bên kia là nhận thức nông cạn và hay thay đổi.

Nếu hai tiến trình "đồng hoá" và "thích nghi" cùng nhau hoạt động, chủ thể sẽ vừa có sự bảo toàn, vừa có óc sáng tạo. Trong phạm vi nhận thức, đó là sự kiên định của nhận thức tri giác và sự tinh lọc tiệm tiến.

Hiện hữu như một ngôi vị cũng có nghĩa là nhận thức đúng về mình và thực tại.

Chương 2. HÀNH ĐỘNG Ý THỨC, HÀNH ĐỘNG CÓ Ý TÌNH TRẠNG VÔ THỨC



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG](#)

Mỗi hành động đều được thúc đẩy bởi vô số động cơ. Nếu chúng ta tìm hiểu đời sống và hoạt động của chủ thể, chúng ta sẽ thấy tính chất phức tạp của các động cơ. Phần lớn những động cơ này không tuân theo những quy tắc luận lý, ví như nguyên tắc bất mâu thuẫn. Các động cơ tuy mâu thuẫn với nhau, nhưng vẫn có thể là khởi điểm của cùng một hành vi. Nếu nghiên cứu kỹ hành động con người, chúng ta thấy hành động con người bao gồm rất nhiều yếu tố quyết định mà chủ thể ý thức ít hay nhiều.

Khi hành động, con người luôn luôn có những động cơ ý thức. Do đó, chúng ta không thể khẳng định là mình hoàn toàn bị vô thức khống chế, ít là trong những trường hợp không thuộc bệnh lý. Chúng ta cũng không thể ngã theo phe đối lập cực đoan, theo họ thì mọi động cơ đều có ý thức: Chúng ta không thể hiểu được những gì xảy ra trong tâm hồn mà chỉ dựa trên những đặc điểm của hành động tự ý. Vô thức luôn luôn hoạt động. Do đó, vấn đề ở đây không phải là chọn lựa giữa quan điểm khai sáng và quan điểm phân tâm học: Bên này cho rằng con người chỉ do lý trí điều khiển mà thôi, bên kia thì khẳng định con người bị vô thức điều khiển mà thôi. Thực ra, vấn đề ở đây là cần tìm hiểu mối quan hệ giữa ý thức và vô thức để xây dựng một khoa nhân học toàn diện, nhằm quy hướng những biểu hiện của đời sống tâm linh về một cái tôi duy nhất.

Dưới viễn ảnh toàn diện, sự hiện diện của những động cơ vô thức không phải là vấn đề. Con người vẫn là một và bất khả phân, ngay cả khi những động cơ vô thức tham gia vào hành vi cố ý và thường mâu thuẫn với những động cơ ý thức. Những động cơ ý thức và những động cơ vô thức chắc hẳn hòa lẫn với nhau: Vấn đề là xét xem chúng hòa lẫn với nhau như thế nào. Làm sao hai thế giới quá khác biệt, với những quy luật đôi khi tương phản, nguồn gốc khác biệt và cách vận hành không ăn nhập gì với nhau, lại có thể là những biểu hiện của một cái tôi đơn nhất? Làm sao một khuôn mẫu lại sản sinh hai cách tổ chức thực tại khác nhau? Cái tôi đặt kế hoạch, quyết định và ước muốn, cũng là cái tôi đã sản sinh những kỳ vọng sai lạc, những cơ chế chủ bại và lầm lỗi trong vòng luẩn quẩn. Cái tôi đó xây dựng và phá đổ, nhưng luôn luôn vẫn là cái tôi duy nhất. Như vậy, để hiểu con người,

chúng ta không chỉ xem xét khía cạnh lý trí, ý hướng và ý chí, mà cả khía cạnh phi lý, cảm xúc và nhu cầu.

Tâm lý học chiều sâu hiện đại vẫn chưa có câu giải đáp cho vấn đề. Ở đây, chúng tôi chỉ trình bày một vài nét khái quát - chứ không diễn giải thấu đáo mọi khía cạnh - nhằm gợi lên các câu hỏi hơn là đưa ra giải pháp.

A. VÙNG MỜ TỐI

Trước hết, có một điều chắc chắn là "sự phân biệt thô thiển của Freud giữa ý thức và vô thức luôn luôn tạo nên những vấn đề nổi cộm." Giữa hai thế giới đó có một tương quan "mờ tối." Thuật ngữ này muốn chống lại quan niệm cực đoan và giáo điều, đồng thời đưa ra quan niệm về việc đồng-hiện diện hay sự trỗi vượt tương đối: "Khái niệm mờ tối đã phá đổ mọi quan niệm độc đoán, dung hòa các ý kiến, xoá bỏ ranh giới, liên kết các quan điểm đối lập và phá bỏ trật tự của lược đồ." Để hình dung mối quan hệ giữa ý thức và vô thức, chúng ta có thể sử dụng phép ẩn dụ của Lonergan khi ông nói về tự do và trách nhiệm: "Nếu chúng ta biểu thị những mức độ tự do của con người bằng một hình tròn, thì ở giữa trung tâm là một vùng sáng (con người tương đối tự do), kế đến là một vùng mờ tối (lượng tâm tiếp tục đề nghị rằng nếu chúng ta muốn thì chúng ta có thể tự do hơn) và cuối cùng là vùng tối (chúng ta hầu như không ý thức)."

Chúng ta có thể xem vùng sáng ở trung tâm là ý thức và ý chí, vùng tối bên ngoài là vô thức, và vùng mờ tối ở giữa hai vùng trên là giao điểm giữa ý thức và vô thức.

Giữa vùng sáng và vùng tối có một bức màn sắt mà chúng ta chỉ có thể vượt qua nhờ những dụng cụ thăm dò đặc biệt, nhưng cả hai đều có ảnh hưởng trên cùng một hành động. Do đó, một hành động ý thức có thể bắt nguồn từ những động cơ phần nào vô thức. Ví dụ: Thần học luân lý thừa nhận điều đó khi phân biệt giữa tội lỗi và tội nhân, trách nhiệm đối với hành động và trách nhiệm đối với nguyên nhân gây ra hành động: Khi các yếu tố vô thức chi phối chủ thể đến một mức nào đó, có thể anh ta không còn bị quy trách là có tội, xét về mặt chủ quan. Triết học cũng phân biệt ý thức với vô thức: Chẳng hạn sự khác biệt giữa tự do trong yếu tính (essential freedom) và sự tự do thực sự (effective freedom). Vì con người là tinh thần và ngôi vị, con người tự bản chất thì tự do và tự do của con người là một quà tặng thuộc bản thể. Sự tự do đó làm cho con người tự do hay tùy hứng trong quyết định của mình. Tuy nhiên, những yếu tố vô thức có thể khiến chúng ta bị hạn chế khi thực thi sự tự do bản thể, bằng cách ngăn cản chúng ta sử dụng hữu hiệu tiềm năng này. Mục đích của huấn luyện là tạo thuận lợi bao nhiêu có thể để người thụ huấn phát huy sự tự do bản thể của mình. Thần học tu đức cũng đi theo chiều hướng đó. Nói về việc con người đáp lại tiếng gọi

Thiên Chúa, thần học tu đức phân biệt sự thánh thiện chủ quan và sự thánh thiện khách quan. Sự thánh thiện chủ quan cốt tại con người đáp lại tiếng gọi của Thiên Chúa. Sự thánh thiện khách quan chỉ cho thấy chúng ta có thể đáp lại tiếng gọi của Thiên Chúa như thế nào, nếu chúng ta có tự do khi sử dụng mọi khả năng của mình. Các nhân tố vô thức có thể cản trở chúng ta nhận biết và sử dụng mọi tài năng của mình.

Sự khác biệt giữa ý thức và vô thức thì khá lớn. Tuy nhiên, giữa ý thức và vô thức cũng có một vùng trung gian, tức là vùng mờ tối: Bức màn sắt giữa ý thức và vô thức không phải là một trở ngại hoàn toàn không thể vượt qua. Có mối liên lạc giữa ý thức và vô thức. Đúng là vô thức có thể giảm bớt trách nhiệm luân lý, hạn chế việc sử dụng tự do và sự quảng đại của con người khi đáp lại tiếng gọi của Thiên chúa. Tuy nhiên, chính vùng mờ tối này không cho phép chúng ta nại đến sự khác biệt giữa ý thức và vô thức để trốn tránh trách nhiệm: Bởi vì vô thức cũng là một phần của cái tôi - cho dù khác với ý thức - và vẫn nằm dưới quyền kiểm soát của cái tôi.

Nhiều khi con người nại đến vô thức ở phía bên kia bức màn sắt để biện minh cho thái độ lờnghững và bất lực của mình: "Tôi không thể làm gì được, nó vượt ngoài tầm kiểm soát của tôi". Người ta xem vô thức giống như một chứng cứ ngoại phạm để lẫn tránh trách nhiệm. Trái lại, khi chúng ta chấp nhận sự có mặt của vô thức, chúng ta không cam chịu cách thụ động và phủ nhận trách nhiệm, nhưng xác định lại trách nhiệm của mình.

Trong chương này, chúng tôi muốn xác nhận rằng con người có trách nhiệm đối với vô thức. Chúng ta có thể nói đến một ý hướng vô thức được điều khiển bởi một sự hiểu biết nhất định, cho dù đó không phải là ý hướng cố ý. Thậm chí cái tôi còn điều khiển tình trạng vô thức; điều đó thể hiện rõ ràng trong vùng mờ tối: Cái tôi có thể chấp nhận, hỗ trợ hay củng cố những năng động vô thức nhất định. Cái tôi thực hiện tất cả những điều đó mà không hoàn toàn có ý thức, nhưng chỉ có cảm giác mơ hồ là đang thực hiện những điều đó. Có thể là chúng ta không chịu trách về mọi thể thức hành động của mình, nhưng vẫn chịu trách nhiệm về lập trường của mình đối với hành động của mình hay về việc từ chối lấy lập trường.

Nếu chúng ta không lẫn tránh mình, chúng ta sẽ có một ý niệm mơ hồ (sự hiểu biết thiếu suy xét) về tất cả những điều đó. Tuy nhiên, để xác định trách nhiệm của con người trong phạm vi này, chúng ta cần làm sáng tỏ các thuật ngữ và sau đó mới tiếp tục bàn luận.

B. ĐỊNH NGHĨA

Thuật ngữ ý thức muốn nói đến sự hiểu biết nội tại của hành động nhận thức. Do đó, hành động ý thức là hành động mà chủ thể nhận biết nội dung cũng như cách thức hành

động của mình. Các hành động ý thức như lái xe (tôi biết tôi đang ở trong chiếc xe đang chạy trên đường và tôi đang lái xe, chứ không phải đang mơ), nghe nhạc (tôi nhận biết âm thanh và việc tôi đang nghe nhạc). Suy nghĩ, nói chuyện, tương tác với những người khác cũng là hành động ý thức... Trong hành động ý thức, có những cấp bậc ý thức khác nhau (levels of awareness) về hành động của tôi: Người sơ khai, triết gia, nhà thần bí và vận động viên túc cầu đều thực hiện những hành động ý thức, nhưng mức độ hiện diện thì khác nhau, bởi vì mỗi người ý thức về mình một cách khác nhau. Nếu chúng ta chỉ ý thức bản thân ở mức tối thiểu và không phân biệt sự hiện hữu của mình với sự hiện hữu của chiếc xe, bây giờ chúng ta mới chỉ dừng lại ở ý thức thực nghiệm: Chúng ta biết mình còn sống chỉ vì chúng ta đang nhận thức, có cảm giác, làm việc và hành động. Nếu chúng ta có một ý thức bén nhạy hơn về bản thân thì cũng ý thức hơn về các hành động của mình: Chúng ta hiểu rõ ý nghĩa đời sống của mình và có khả năng hành động dựa trên một kế hoạch khôn ngoan. Mức độ ý thức bản thân càng cao thì chúng ta càng ý thức sâu sắc về hành động của mình: Ngoài kinh nghiệm và hiểu biết, chúng ta còn biết đánh giá đời sống và hành động của mình. Cho dù mức độ ý thức khác nhau, nhưng các hành động ý thức đều có một yếu tố chung, yếu tố này vượt trên nội dung và cũng tác động trên hành vi: Tôi biết điều tôi đang làm và cũng biết tôi đang làm.

Hành động cố ý bao gồm một định tính khác: Đó là nhận biết động cơ thúc đẩy tôi hành động. Tôi biết điều tôi đang làm, tôi biết tôi đang làm, và tôi biết tại sao tôi làm. Có thể hiện nay tôi không nhận ra động cơ thúc đẩy tôi hành động, nhưng nó vẫn ở trong hậu cảnh và tôi dễ dàng nhớ lại động cơ đó. Trường hợp đó gọi là tình trạng ý thức (conscious state). Trong hành động cố ý chúng ta có một bản đồ hướng dẫn mọi hành động cụ thể và định hướng mọi hành động nhờ sợi chỉ đỏ xuyên suốt. Những hành động riêng rẽ đều góp phần vào việc thực hiện kế hoạch mà chủ thể xác lập cách ý thức. Tình trạng ý thức mang lại ý nghĩa cho các hành động, và vạch mục tiêu cho chúng. Đó là trung tâm vạch ra kế hoạch, và là trụ sở của ý chí, tự do và quyết định: Tôi lái xe, tôi nghe nhạc, tôi làm việc, tôi giao tiếp với những người khác. Tất cả những hoạt động đó đều nhằm mục đích thực hiện dự phóng đời sống của tôi. Như vậy, hành vi cố ý là hành vi có ý thức và chủ động, nó bao gồm một dự phóng "hướng tới một mục tiêu" mà chúng ta đã dự kiến. Một yếu tố giúp chúng ta có thể nhận biết và hiểu hành động cố ý: Hành động cố ý thì nhắm tới một điều gì đó (being-directed-towards something).

Như các bạn đã thấy, mọi hành động cố ý tự bản chất là hành động ý thức, nhưng không phải mọi hành động ý thức đều là hành động cố ý: Tôi có thể ý thức việc tôi đang làm, nhưng trong thâm tâm tôi không hề cố ý thực hiện hay không. Trong trường hợp đó, tôi

có một hành động ý thức, nhưng không cố ý hay ước muốn thực hiện theo một chương trình đã tiên định. Thấy (hành động ý thức) thì khác với nhìn (hành động cố ý), cảm thấy tức giận (hành động ý thức) thì khác với muốn tức giận (hành động cố ý).

Hành động vô thức (tốt hơn thì nên gọi là những hành động với các yếu tố vô thức) thì thiếu ý thức. Chúng ta có thể thiếu ý thức về nội dung của hành động: Ví dụ: Việc tiêu hóa, chuyển hóa các tế bào, nhịp tim, râu mọc là những hành động của các cơ quan nằm ngoài ý thức của chúng ta. Người ta có thể thiếu ý thức về hành động của mình khi lái xe trên xa lộ vắng vẻ mà lại đang nghe nhạc. Tuy nhiên, chúng ta cần quan tâm đặc biệt đến khía cạnh này, đó là thiếu ý thức về động cơ thúc đẩy hành động: Tôi không biết nguyên nhân sâu xa của hành động của tôi. Tôi biết mình có tính gây hấn, tôi biết mình đang hành động cách gây hấn, nhưng tôi không biết chính thói phô trương bất thành đã thúc đẩy tôi hành động như vậy. Những động cơ vô thức nằm bên dưới các hành động của tôi và tạo nên tình trạng vô thức: Đó là toàn bộ những nhân tố chi phối hành động của tôi mà tôi không nhận ra chúng. Trong tình trạng vô thức này, chúng ta cũng thấy một bản đồ hướng dẫn các hành động hướng tới một mục tiêu. Ở đây, một bản đồ đã được soạn thảo mà chúng ta không biết, nhưng nó chi phối phần nào các hành động và được cụ thể hóa nhờ các hành động. Tôi lái xe, tôi nghe nhạc, tôi làm việc tôi giao tiếp với người khác để thực hiện dự phóng các giá trị của tôi (bản đồ ý thức), nhưng cũng để giải tỏa những căng thẳng do các nhu cầu mâu thuẫn gây ra mà tôi không biết, như bù trừ cho khuynh hướng tự ti, đáp ứng nhu cầu phô trương hay thỏa mãn nhu cầu gây hấn (bản đồ vô thức). Giải toả-bù trừ là một dự phóng tôi không cố ý thực hiện, bởi nếu tôi ý thức, có lẽ tôi đã không làm. Tuy nhiên, trên thực tế thì dự phóng đó cũng góp phần định hướng các hành động trong đời sống của tôi.

Bảng VI: Ý Thức và Vô Thức

Cấp bậc ý thức		Hành động	Ý tưởng
Ý thức nội dung			
Ý thức hành vi			
			Tình

Ý thức động cơ	Hành động ý thức	Hành động cố ý	Ý tưởng như một suy nghĩ cân nhắc	trạng ý thức (hiện có hay thường hữu)	
Thiếu ý thức động cơ				Tình trạng vô thức	Hành động với các động cơ vô thức
					Ý tưởng như một chiều hướng bẩm sinh của hành vi

* Giải thích biểu đồ VI

Như vậy, chúng ta có thể đặt câu hỏi: Làm sao chúng ta thấy được mối quan hệ giữa tình trạng ý thức và tình trạng vô thức? Nói cách khác: Liệu động cơ vô thức có lấy mất sự cố ý của hành động ý thức không?. Trong trường hợp đó thì hành động chỉ bị thúc đẩy bởi những sức mạnh phi lý, trong lúc đó những động cơ ý thức chỉ là một sự che đậy tao nhã. Động cơ vô thức có nằm ngoài tầm kiểm soát của cái tôi không? Trong trường hợp này, cái tôi ý thức sẽ không có một quyền hạn gì đối với việc thiết lập và duy trì bản đồ vô thức, nếu không nói là chỉ thụ động ủng hộ sự chuyên chế độc đoán của vô thức (dĩ nhiên là cái tôi không biết điều đó). Cái tôi ý thức có tạo nên, cổ vũ và bằng lòng với động cơ vô thức một cách nào đó không? Trong trường hợp này, kế hoạch giải toả-bù trừ như được đề cập trong ví dụ trên đây, dù không được tính toán cách ý thức, thì cũng là một sản phẩm do chủ thể "làm ra," và chủ thể phải chịu trách nhiệm một cách nào đó.

Ví dụ một chàng trai vướng vào một chuyện tình đáng tiếc. Anh ta tự nhủ và nói với

bạn bè là anh muốn bỏ cô gái. Tuy nhiên anh ta vẫn tiếp tục gặp cô và tặng quà cho cô. Căn cứ trên sự chân thành và thiện ý của anh ta, anh ta có ý hướng ý thức là muốn cắt đứt liên lạc với cô gái. Tuy nhiên, hành vi của anh ta lại mâu thuẫn tới kế hoạch đó và cho thấy một lô-gic khác: Đó là tiếp tục liên lạc. Khi động cơ vô thức thâm nhập vào hành động, thì hành động bị điều khiển bởi các nhân tố mà anh ta không biết, và theo lời anh ta nói, thì anh khước từ sự điều khiển đó. Tuy nhiên, có thật là anh ta cố ý không tuân theo sự điều khiển ấy không? Kế hoạch hẹn hò và tặng quà có thật là những điều anh ta không muốn không? Hay trái lại, các hành vi đó cũng phát xuất từ một kế hoạch đã được cái tôi kiểm soát, nhờ đó mà anh ta muốn tiếp tục mối quan hệ kia? Hành động của anh ta cũng tương tự như hành động của người nghiện rượu: Anh ta nói là không thể bỏ rượu, cho dù anh ta muốn bỏ; nói đúng hơn, anh ta không muốn bỏ rượu, cho dù anh ta nghĩ là phải bỏ rượu. Một cái nhìn toàn diện về nhân cách cho phép chúng ta nghĩ rằng, chàng trai tiếp tục quan hệ với cô gái không những vì anh ta bị điều khiển bởi các thế lực vô thức, mà còn bởi cái tôi của anh ta nữa. Anh ta thấy mình hành động không hợp lý, nhưng dù sao thì anh cứ vẫn hành động.

C. MỌI HÀNH ĐỘNG ĐỀU DO CÁI TÔI ĐIỀU KHIỂN

Chắc chắn là chính cái tôi điều khiển hành vi con người. Cái tôi là nguyên lý thống nhất của nhân cách. Các quy trình và chức năng đều bắt nguồn từ đó. Sự phát triển của con người đi đôi với việc cái tôi dần dần khẳng định vai trò điều khiển của: Từ hành vi phản ứng, đứa trẻ dần dần có những hành vi tự điều khiển và tự lập. Khi trưởng thành, hành vi con người càng ít bị thúc ép bởi các nhu cầu nội tại và ít bị điều khiển bởi các xung động bản năng nhằm hướng tới mục tiêu của chúng, nhưng ngày càng được thúc đẩy bởi các tiến trình phức tạp hơn nhằm chế ngự các nhu cầu tức thời. Bởi đó, hành vi do cái tôi điều khiển dần dần được hình thành. Với người trưởng thành, để hành động có ý nghĩa, chủ thể không chỉ phản ứng đơn thuần đối với sự xung động, nhưng hành động đó luôn luôn mang dấu ấn của cái tôi. Cho dù chúng ta có nhu cầu, nhưng chúng ta không thể hành động theo bản năng ngay mà không có sự điều khiển tối thiểu của cái tôi. Khi hành động, cái tôi luôn luôn tiên đoán, tưởng tượng, lên kế hoạch và ý thức theo một mức độ nhất định.

Chúng ta sẽ tìm hiểu xem cái tôi điều khiển hành động đến mức nào và hành động bị chi phối bởi môi trường, áp lực xã hội, kỳ vọng của người khác, nhu cầu của mình đến mức nào, v.v... Tuy nhiên, ngay cả khi hành động bị chi phối mạnh mẽ nhất, thì cái tôi vẫn còn một chút quyền hành trong nhiệm vụ chỉ huy. Do vậy, chúng ta không thể chấp nhận lý thuyết của Freud. Theo ông, vai trò của động cơ ý thức không mấy quan trọng hay vô dụng, bởi vì các xung động và thế lực vô thức là nguồn gốc của hành động, và là tác nhân chính điều khiển hành động: Đó là cảm xúc ức chế, thúc bách, các xung đột chưa giải tỏa. Freud có một

trực giác thông minh, nhưng lại xem thường tầm quan trọng của lý trí và ý chí. Ông có công làm nổi bật sức mạnh vô thức, nhưng ông mắc khuyết điểm là không đưa ra một lời giải thích đầy đủ về hành vi con người. Chẳng hạn, ông đã không tôn trọng dự phóng và dự định trong tương lai: Cả hai yếu tố này luôn có mặt trong tiến trình thúc đẩy con người hành động. Tuy vậy, chúng ta cần đào sâu mối quan hệ giữa hướng ý thức và ý hướng vô thức.

D. Ý HƯỚNG Ý THỨC VÀ Ý HƯỚNG VÔ THỨC (Conscious and Unconscious intention)

Nơi người trưởng thành, các xung động chỉ có thể giải thích tại sao họ có những cảm dỗ hay khuynh hướng mãnh liệt, nhưng không thể biện minh cho hành động. Cảm nghĩ hay nhu cầu không đương nhiên đưa đến hành động. Chúng chỉ sản sinh khả năng đưa tới hành động này hay khả năng đưa tới những hành động khác. Trả lại cho cái tôi chủ quyền hành động: Điều đó muốn nói hành động bắt nguồn từ nhiều động cơ thúc đẩy cùng một lúc; cái tôi có bao nhiêu cấu tố (cái tôi lý tưởng và cái tôi hiện thực với các yếu tố của chúng), thì cũng có bấy nhiêu động cơ.

Mọi cấu tố đều đề nghị những mô hình hành động. Nếu cấu tố thuộc phạm vi ý thức, thì cái tôi chú ý, chấp nhận hay từ chối đề nghị đó cách ý thức và có suy nghĩ. Trái lại, nếu cấu tố thuộc phạm vi vô thức, thì cái tôi chịu khuất phục trước đề nghị đó: Thật thế, tôi không thể suy nghĩ chín chắn về điều tôi không biết. Cho dù tôi không ưng thuận, đề nghị đó cũng được thực hiện; tôi hành động theo một dự phóng hay ý định mà tôi không theo đuổi hay mong muốn, nhưng dù sao đi nữa thì dự phóng đó cũng là của tôi.

Ví dụ về việc tuân phục bề trên. Chúng ta không thể vội vàng giải thích việc tuân phục bề trên như một hành động đi tìm hình ảnh người cha hay biểu hiện của đức tin tinh tuyền. Tuân phục là kết quả của nhiều đề nghị. Lý tưởng cá nhân thì bảo: Nếu anh muốn phụng sự Thiên chúa và làm theo thánh ý Người, anh hãy tuân phục. Lý tưởng cơ chế thì bảo: Tôi chờ đợi bạn tuân phục. Lý tưởng xã hội lại bảo: Đừng quá thân thiện với bề trên, nếu không anh sẽ bị bạn bè chế giễu. Cái tôi hiển thị thì bảo: Nếu cộng tác với bề trên, anh sẽ thỏa mãn nhu cầu sát nhập của mình. Cái tôi tiềm thức lại bảo: Đừng tùng phục quá mức, nếu không anh sẽ mất tự lập. Cái tôi vô thức bảo: Hãy thận trọng, đừng tin cậy quá mức, bởi vì bề trên sẽ lợi dụng anh.

Như vậy, mỗi cấu tố - lý tưởng cá nhân và lý tưởng cơ chế, cái tôi hiển thị, cái tôi tiềm ẩn và cái tôi xã hội đề nghị một cách hành động khác nhau: Mọi sự diễn ra chớp nhoáng, thường thì chúng ta không biết. Đứng trước những đề nghị đó, cuối cùng cái tôi phải lấy quyết định: Tôi chọn lựa, tôi quyết định, tôi muốn, tôi khao khát Ngay cả khi tôi đã quyết

định tuân phục, những đề nghị vô thức, bắt nguồn từ nhu cầu tránh né sự nguy hiểm và tự vệ, vẫn chi phối cách tôi tuân phục, thậm chí biến việc tuân phục thành một hình thức tự vệ. Cho dù tôi sẵn sàng tuân phục, trong tôi vẫn có sự dè dặt nhất định, một sự cảnh giác mà tôi không thể lý giải được, một sự chống đối tiềm ẩn mà trong những tình huống căng thẳng, nó sẽ xuất hiện rõ hơn.

Nếu chúng ta có thể chế hành động tuân phục thành hai mảnh, chúng ta sẽ thấy có hai loại lô-gic chi phối hành động đó:

1. Những đề nghị của các giá trị mà chúng ta ý thức: Chúng ta chấp nhận và tổ chức theo cái lô-gic "tôi muốn thể hiện các giá trị qua việc tuân phục".

2. Những đề xuất của nhu cầu vô thức mà chúng ta chịu đựng: Chúng tự tổ chức theo cái lô-gic "tốt hơn là không nên tin tưởng quá mức." Cái lô-gic này không do chủ thể cố ý tổ chức, nhưng dù sao thì chủ thể cũng tán thành, ấp ủ và tạo ra một cách vô thức, dưới hình thức một cảm giác mơ hồ. Đó là một lô-gic cố ý (intentional), nhưng với một mục đích đặc thù (particular intentionality): Trong ví dụ trên đây, chủ thể tuân phục cách ý thức, nhưng sự nghi ngại thì ở trong vô thức.

E. Ý NGHĨA CỦA Ý HƯỚNG

Đàng sau câu "tôi có ý...", có những động cơ thúc đẩy khác nhau cùng tập hợp lại: Kế hoạch của trí tuệ, những lược đồ hành vi bắt nguồn từ chính hành động, những thành quả cuối cùng bắt nguồn từ các mục tiêu và xu hướng hay thiên hướng mà chủ thể không biết. Thuật ngữ ý hướng có hai ý nghĩa (để hiểu rõ hạn từ nay hơn, hãy xem lại ví dụ trên đây và sơ đồ VI).

a. Ý hướng là một sự suy nghĩ cân nhắc.

b. Ý hướng là một chiều hướng gắn liền với hành vi.

Ý hướng xét như một suy nghĩ cân nhắc là điều chủ thể cố ý giữ lại cách hiển nhiên: Mục tiêu chủ thể đặt ra cho hành động. Chủ thể được thúc đẩy cách ý thức, cân nhắc kế hoạch và định hướng cho hành động dưới sự thúc đẩy của những động cơ và những mục tiêu mà mình muốn đạt tới. Đó là một hành động cố ý. Nếu chúng ta chất vấn đương sự, anh ta có thể biện minh cho hành động của mình, bởi vì anh ý thức về hành động của mình, một hành động phát sinh từ tình trạng ý thức.

Ý hướng xét như một xu hướng gắn kết với hành vi, là một mục đích do những tác nhân vô thức áp đặt lên chủ thể: Đó là điều chủ thể muốn mà không biết. Hành động này cho thấy có một lô-gic bắt nguồn từ vô thức mà chủ thể không biết, nhưng không phản đối.

Trong ví dụ trên đây chủ thể biết rằng mình tuân phục vì theo đuổi các giá trị, nhưng anh ta không biết rằng sự tuân phục cũng giúp anh tránh né những mối nguy hiểm và bảo vệ bản thân. Anh ta nghĩ mình tự do khi chọn lựa lối sống, nhưng anh ta không biết là mình cũng bị chi phối bởi cái lô-gic của sợ hãi. Đằng sau hành động tuân phục có một bản đồ ý thức chỉ cách phục vụ và một bản đồ vô thức chỉ cách tự vệ. Chúng ta có thể thấy một lược đồ, trong đó những hành động của anh ta đều có mục tiêu, bất chấp anh ta có tuyên bố công khai hay không. Lược đồ đó bắt nguồn từ vô thức, vận hành khi chủ thể hành động và không đi qua trung gian của suy tư. Hành động của anh ta hướng tới một mục đích, những mục đích này không do anh hoạch định, mà do vô thức. Con người có thể dự định thực hiện một điều gì đó, mà không hề vạch ra một kế hoạch cách ý thức: Chính tình trạng vô thức nhắm tới mục tiêu đó.

Chúng ta hãy trở lại câu chuyện người đàn ông vướng vào chuyện tình trắc trở: Có một sự tương phản giữa ý hướng trong suy nghĩ và trong lời nói (cắt đứt liên lạc) và ý hướng nảy sinh từ hành vi của anh ta (tiếp tục liên lạc) Vậy đâu là ý hướng thật sự của anh ta. Cắt đứt hay tiếp tục liên lạc? ý hướng cắt đứt liên lạc bắt nguồn từ kế hoạch của trí tuệ, còn ý hướng tiếp tục liên lạc bắt nguồn từ các năng động nội tại mà anh ta không ý thức (có thể là những kinh nghiệm quá khứ, những lo sợ chưa giải toả các nhu cầu mâu thuẫn của việc lệ thuộc...). Động cơ ý thức nằm trong kế hoạch mà chủ thể cân nhắc và đánh giá dựa trên lý trí. Động cơ vô thức là chiều hướng chi phối hành động, nó bắt nguồn từ các xung đột mà chủ thể không biết. Anh ta tiếp tục gặp gỡ và tặng quà cho cô gái không phải là chuyện quá phi lý. Trong hành động đó có một sự mạch lạc nội tại, mà chúng ta không thể giải thích được nếu chỉ dựa vào lời tuyên bố của anh ta. Theo lô-gic của động cơ ý thức, hành động đó quả phi lý và không có mục đích. Tuy nhiên, nếu chúng ta dựa trên những đòi hỏi của vô thức mà giải thích, thì đó là một hành động mạch lạc và có mục đích.

Với động cơ ý thức, chúng ta có một "mô hình kế hoạch." Theo mô hình này, "có ý định" nghĩa là cố ý vạch ra một kế hoạch. Trái lại, với động cơ vô thức thì chúng ta có một "mô hình mạch lạc của hành động," theo đó, "có ý định" tức là hành động theo kế hoạch của vô thức.

Làm sao nhận biết các động cơ ý thức và các động cơ vô thức? Vì động cơ ý thức là kế hoạch của trí tuệ, nên chúng ta có thể nhận biết động cơ ý thức qua chính lời nói của chủ thể. Trái lại, động cơ vô thức thì không thể suy diễn từ lời nói, mà chúng ta chỉ có thể biết được nhờ suy diễn gián tiếp, bằng cách quan sát hành vi của chủ thể. Qua hành vi, đúng hơn là một chuỗi những hành vi chúng ta thấy có một chiều hướng nhắm đến một cực đỉnh mà chủ thể không cố ý nhắm tới cách minh nhiên và trực tiếp. Nói một cách cụ thể, nếu

chúng ta không thể dựa vào lý lẽ hay những động cơ ý thức để giải thích những cảm xúc, suy nghĩ và hành động của chủ thể, bây giờ chúng ta có thể giả thiết là do ảnh hưởng của vô thức. Khi nói đến động cơ vô thức thúc đẩy chủ thể, chúng ta còn muốn nói đến một khía cạnh khác nữa: Đó là xu hướng hành động, tức là khuynh hướng tổng quát mà chúng ta có thể kiểm chứng qua nhiều lãnh vực khác của hành vi.

F. Ý THỨC (AWARENESS) KHÔNG CÓ Ý

Khi nói đến "ý hướng" của vô thức, chúng ta không ám chỉ một ý muốn cố ý, nhưng ám chỉ một chiều hướng vượt ngoài ý chí (extra volitional direction): Đó là tâm trạng bộc phát, một cách sống và một xu hướng đáp lại thực tại bắt nguồn từ các nhu cầu vô thức của chủ thể và tự động diễn ra khi đứng trước một tác nhân kích thích nhất định. Đó là bản đồ cảm xúc vô thức.

Khi nói đến "ý hướng" ý thức, chúng ta muốn ám chỉ một kế hoạch mà chủ thể cân nhắc cẩn thận dựa trên những giá trị của mình. Đó là bản đồ lý tính và ý thức.

Cả hai bản đồ cạnh tranh với nhau trong việc thúc đẩy cùng một hành động. Nếu hai bản đồ mâu thuẫn với nhau, thì chủ thể hứng chịu hậu quả nghiêm trọng là phải chiến đấu trên hai mặt trận cùng một lúc. Một mặt, anh ta sử dụng những năng lực ý thức để theo đuổi những giá trị siêu việt và mặt khác, anh ta sử dụng các năng lực vô thức để theo đuổi mục đích quy ngã. Có thể là anh ta muốn sống trong một tình trạng không tương ứng với việc thể hiện ý muốn của mình. Con người có khả năng biểu lộ mình qua những hành động hữu lý và có mục đích hay qua những hành động vô lý. Vô thức cũng tiếp nhận một ý nghĩa mà đôi khi không đồng nhất với động cơ hữu ý. Nếu cho rằng mọi hành động của con người luôn luôn có mục đích, thì ý nghĩa đó quả phi lý. Người ta cảm nhận sự vô lý, nhưng sự vô lý đó không có mục đích trên bình diện ý thức. Khi nói rằng vô thức thì phi lý, chúng ta không muốn nói là nó nằm ngoài sự kiểm soát của cái tôi, nhưng chỉ muốn nói vô thức là điều mà chúng ta không thể tiên đoán được, nó cứ lặp đi lặp lại một cách tự động.

Cái tôi có một nhận biết nhất định về ý hướng vô thức. Tuy nhiên, cái tôi vẫn để cho ý hướng vô thức đơm hoa nở nhụy, gọi đi những thông điệp đầy cảm xúc và tạo nên tâm trạng. Vô thức không kỳ lạ. Chúng ta cũng chịu trách nhiệm về vô thức, chứ không chỉ đối với trí năng và ý chí mà thôi. Những gì xảy ra trên bình ý thức và vô thức móc nối chặt chẽ với nhau. Chúng ta cần có một khoa tâm lý học nghiên cứu vấn đề vô thức trong ý thức, và ý thức trong vô thức. Tuy vậy, những điều chúng ta quan sát được qua kinh nghiệm sống cũng hữu ích.

* Ví dụ 1: Một cô gái nói về tình yêu của mình như sau: "ước mơ của tôi là lấy chồng

và xây dựng một gia đình yêu thương (ý hướng ý thức). Nhưng bạn thấy đấy! Những người đàn ông chỉ biết lợi dụng bạn và rồi quăng bạn đi. Tôi quả là người bất hạnh." Rồi cô vừa khóc vừa nói tiếp: "Tôi cố gắng tương quan với họ trong hiểu biết, hiệp thông, tôn trọng hồ tương, nhưng cuối cùng thì tôi luôn luôn chống lại ước muốn của mình và kết luận cách mơ hồ: Đàn ông luôn luôn muốn xây dựng gia đình yêu thương nhưng tôi lại phá vỡ."

Qua câu chuyện trên đây, chúng ta thấy cô có ý hướng ý thức và bản đồ lý tính. Tuy nhiên, nếu chúng ta tìm hiểu sâu xa hơn, thì chính cô là người đã đưa ra một nguyên tắc chỉ đạo cho những cuộc gặp gỡ (ý hướng vô thức). Khi cô gặp một người đàn ông, cô ăn mặc "lịch lãm" (theo sự mô tả của cô, lịch lãm có nghĩa là kêu gọi), cô lắng nghe "hết sức chăm chú" (loại bỏ ánh mắt lơ đãng), cô buộc mình phải trở nên "ngọt ngào" (cô gọi các thông điệp rõ ràng qua những cử chỉ mơ hồ) và sau đó - cười - cô nhớ lại rằng mỗi lần cô gặp một người đàn ông, thì có một ý tưởng "kỳ lạ" xuất hiện trong tâm trí cô: Đây là miếng mồi ngon hay (hiểm họa hơn) đây là một "anh chàng khó tính."

Cô có nhu cầu thỏa mãn tính dục và thói phô trương, đó là nguyên nhân của ý định quyến rũ trong vô thức. Cô hoàn toàn không biết những gì đang xảy ra chẳng?

* Ví dụ 2: Mặc dầu bà Carla nói rất hay về tình yêu hồ tương (ý hướng ý thức), nhưng trên thực tế thì bà luôn làm cho chồng bà phải từng phục ý muốn của bà, bằng cách hăm dọa cách tinh vi (ý hướng vô thức). Ngay khi nhận thấy ông có dấu hiệu tự lập, bà lập tức làm cho ông cảm thấy có lỗi ("anh không còn yêu em nữa") và bày ra những cảnh cuồng loạn trước mặt ông. Nếu ông dám hành động tự lập, thì những ngày sau đó, mặt mày bà trở nên ủ dột khi gặp mặt ông. Dầu sao đi nữa - chẳng biết tại sao - bà chỉ bày ra những cảnh đó trong những dịp nhất định. Bà không diễn cảnh đó mỗi khi người chồng tỏ ra tự lập, nhưng chỉ những lúc bà nghĩ là ông hành động một cách tự lập quá mức. Nếu có người lạ bất chợt xuất hiện khi bà diễn cảnh, thì đầu ruột gan bà đang sôi sục, bà vẫn kiềm chế và để dành vào dịp khác. Dĩ nhiên là bà không cố ý (bà không lập kế hoạch để hăm dọa chồng bà), nhưng nơi bà vẫn có một mức độ ý thức nhất định, bởi vì bà "biết" khi nào thì nên gây gổ và khi nào thì không. Nếu bà luôn luôn gây gổ vì một lỗi nhỏ nhặt của chồng dù có khách hay không, bấy giờ chúng ta có thể nói là bà không hề ý thức về hành vi của mình: Bà không biết tự kiềm chế và thiếu sự lịch lãm tối thiểu, và rõ ràng là đã có bệnh.

* Ví dụ 3: Một linh mục thành đạt và quan hệ lành mạnh với một cô giáo dân, khi bị phát hiện thì đã giải thích: "Có những thể lực vô thức trong bản thân mà tôi không biết, tôi không muốn quan hệ với cô ta, nhưng trong tôi có một khuynh hướng vô thức nhằm trừng phạt bản thân, khuynh hướng này bắt nguồn tới thời thơ ấu." Lời giải thích đó không sai,

nhưng chỉ đúng một phần. Quả thực là có mối tương quan giữa nhu cầu vô thức thời thơ ấu và hành động của ông. Tuy nhiên, để giải thích mối quan hệ đó mà chỉ dựa vào nhu cầu mà thôi thì không đủ, nhưng còn phải tìm hiểu lối sống hiện nay của đương sự. Không lẽ mọi linh mục có khuynh hướng trừng phạt bản thân trong vô thức đều theo đuổi những chuyện tình lãng mạn? Mối quan hệ của ông cũng phản ánh lối sống, cách hành động hiện nay mà có lẽ ông không ý thức (ông không biết diễn tả điều đó như thế nào), nhưng nhờ trực giác mà ông biết được. Thật thế, nếu chúng ta quan sát kỹ lưỡng, chúng ta sẽ biết rằng sự việc đó không hoàn toàn "phi lý," hay "không thể dự đoán". Trong những lãnh vực khác của nhân cách, ông có khuynh hướng thao túng ẩn núp dưới những lớp vỏ khác: Đó là xu hướng mà ông nhận biết và thường xuyên đáp ứng, và xu hướng đó đột ngột cô đọng lại nơi mối quan hệ của ông với cô gái. Ông không cố ý tạo nên xu hướng đó, nhưng ông có một ý niệm mơ hồ về sự có mặt của khuynh hướng đó.

Ba ví dụ trên đây cho chúng ta thấy nguyên tắc chung của ý hướng vô thức: Nhu cầu vô thức -> hình thái cảm xúc -> hành động.

- Ví dụ thứ nhất: Nhu cầu phô trương tạo nên một tác phong quyền rũ.
- Ví dụ thứ hai: Nhu cầu thống trị tạo nên tác phong hăm dọa.
- Ví dụ thứ ba: Nhu cầu thao túng người khác tạo nên một trò chơi tình ái-tính dục.

Khi nói rằng chủ thể chỉ nhận ra một phần ý hướng vô thức, chúng ta muốn nói là chủ thể không nhận ra nhu cầu cơ bản ở trong bản đồ vô thức của mình. Tuy nhiên, ít là trong một vài thời điểm đặc biệt, chủ thể có thể nhận thấy tác động của nhu cầu đó. Chủ thể không biết điều gì mình đang theo đuổi cách vô thức, thậm chí cũng không biết rằng mình đang theo đuổi một nhu cầu vô thức. Tuy nhiên, chủ thể thoáng thấy có một điều gì đó cần phải làm sáng tỏ. Đồng thời, chủ thể cũng thoáng thấy có một lô-gic mà mình không thể dựa vào ý hướng ý thức để giải thích cách thích đáng được. Chủ thể có một xu hướng cảm xúc, cho dầu chủ thể không nói ra hay ưng thuận cách ý thức. Chủ thể để mặc cho bản đồ cảm xúc chi phối hành động, nhất là những điều thiếu sót của mình; đồng thời củng cố bản đồ cảm xúc nhờ hành động của mình. Dưới sự thúc đẩy của những nhu cầu vô thức, cái tôi tổ chức đời sống mình dựa trên bản đồ cảm xúc này, mặc dù bản đồ này không đúng theo tiêu chuẩn của các giá trị. Cái tôi muốn làm như thế và "hơn thế nữa" qua những chiến lược tinh vi của vô thức.

Đối với học thuyết của Freud, chúng ta cần đánh giá lại động lực thúc đẩy hành động và loại bỏ quan niệm cho rằng hành động con người hoàn toàn bị thúc đẩy bởi sự thúc bách. Tuy nhiên, chúng ta không nên đi đến chỗ cực đoan: Con người luôn suy nghĩ thận

trọng trong mọi hành động và chịu trách nhiệm luân lý về mọi hành động của mình. Khi nói rằng chủ thể nhận biết ý hướng vô thức chúng ta không muốn nói ý hướng đó là một ý hướng hữu ý, nhưng chỉ muốn nói rằng lô-gic vô thức vẫn tồn tại trong con người chúng ta như thể bột dính vào bao. Chủ thể đáp lại vô thức mà không hay biết, nhưng vẫn có một ý niệm mơ hồ về vô thức. Ngoài ra, lô-gic vô thức không chỉ là căn bã của quá khứ, nhưng còn là một cái gì đó đang được tạo ra: Hành động của chủ thể có thể bắt nguồn từ các nhu cầu mà mình mang theo từ quá khứ, nhưng cũng bắt nguồn từ lối sống hiện nay của mình, cho dù chủ thể nhận thấy hành động của mình phi lý và không thể giải thích được. Nếu tìm hiểu sâu sát lối sống của anh ta, nhất là trong những lãnh vực quan trọng của đời sống, chúng ta có thể hiểu sự tất yếu chủ quan của hành vi "kỳ lạ" đó.

G. Ý HƯỚNG Ý THỨC KHÔNG BIỂU THỊ TOÀN THỂ KINH NGHIỆM

Ba ví dụ trên đây nói đến ba loại người bất nhất. Nếu chúng ta yêu cầu họ giải thích kinh nghiệm của mình, họ sẽ trả lời đại khái như sau: Cô gái rầu rĩ và bị bỏ rơi thấy mình rất nhạy cảm và có một đời sống tâm linh sâu sắc thể mà những gã đàn ông thô thiển đã không hiểu cô; bà Carla thấy mình là một phụ nữ rất quý chuộng các giá trị hôn nhân, cho nên bà vẫn có thể chịu đựng các tổn thương và đau khổ; ông linh mục sống trong ảo tưởng, như thể ông bị rơi vào một số phạm bất công vì nguyên nhân tâm lý.

Nếu chúng ta tiếp tục đọc ba ví dụ trên dưới ánh sáng của các động cơ vô thức, tình thế sẽ thay đổi. Cô gái nhạy cảm cũng là cô gái quyến rũ; người phụ nữ quảng đại cũng là người tổng tình; ông linh mục bất hạnh cũng là một tay chơi. Dưới góc độ năng động của những hành động, nhất là thái độ của họ khi đối diện với thực tại, thế giới tâm linh của họ hoàn toàn khác: quyến rũ, hăm dọa, ăn chơi. Thế nhưng họ không nhận ra điều đó. Họ nghĩ mình là những người đạt tới lý tưởng, trong khi đó họ vẫn còn bị giam hãm trong các vấn đề của tuổi vị thành niên. Qua hành động, họ đang đối phó với những vấn đề đó, và thậm chí có lẽ đang dung dưỡng chúng. Dù thiếu suy nghĩ chín chắn, nhưng nếu họ nhận biết mình đang gặp những vấn đề đặc trưng của tuổi vị thành niên, họ sẽ thấy có một điều gì đó nơi họ không phù hợp những giá trị mà họ tuyên bố. Lời giải thích của họ không giả dối (nếu không sẽ là nguy tín), nhưng lời đó chỉ giải thích một phần sự thật của họ. Tại sao họ có ảo tưởng như vậy?

Ảo tưởng là vấn đề của mọi hành vi bắt nguồn từ vô thức. Một mặt, chủ thể cảm thấy hành vi mình xa lạ với bản ngã: Một điều gì đó mà chủ thể hoàn toàn không muốn, không cảm nhận đầy đủ là hành vi của mình, nhưng là hậu quả của một sách lược, một sự thúc bách. Hành vi xa lạ đó chỉ có thể giải thích được bằng ý hướng vô thức. Mặt khác, hành vi

ấy lại phản ánh cách sống của chủ thể: Đó là quan điểm tiêu biểu và thể thức hành động thông thường của mình. Đó là hành vi triệu chứng. Đó là những gì mà chủ thể đã học và đem ra thực hành, mỗi ngày một máy móc hơn và ít ý thức hơn. Như vậy, chúng ta thử tổng hợp vấn đề trách nhiệm của chúng ta đối với hành động vô thức và không cố ý.

Đối với vô thức, chúng ta chịu trách nhiệm về:

1. Chúng ta làm gì để nhận biết vô thức. Vô thức thì ẩn khuất, nhưng lại lộ diện trong nhiều thời điểm và nơi nhiều thái độ trong cuộc sống hàng ngày: Động cơ, ý định, cảm nghĩ, cảm xúc, dự định, cách thức thực hiện các dự định đó, sở thích, những điều không ưa những lúc vui sướng và buồn rầu, những điều tưởng tượng, ký ức, mộng mơ giữa ban ngày, sự đả độn trí luôn tái diễn, những ước muốn thầm kín không nói ra, cách phán đoán, quan điểm luân lý cá nhân.... Tất cả những dữ liệu ấy rất hữu ích cho việc biết mình, ngay cả những khía cạnh ẩn khuất nhất. Dĩ nhiên là chẳng có gì xảy ra một cách tự động và dễ dàng được: Chúng ta chỉ có thể khám phá vô thức, nếu chúng ta đủ kiên nhẫn và khiêm tốn, đồng thời hiểu rằng công lao chúng ta bỏ ra để khám phá vô thức quả xứng đáng. Sẵn sàng xin trợ giúp để biết mình cũng thuộc phạm vi này.

2. Tầm quan trọng của vô thức đối với chúng ta. Ai đã nhận ra sự hiện diện của vô thức trong đời sống mình thì sẽ không quá tự tin và cố chấp trong việc biết mình cũng như hiểu biết tha nhân; không xem hành động của mình đương nhiên là chân thực. Hơn nữa, nhờ "ý niệm mơ hồ" liên quan đến một lãnh vực đặc thù, chúng ta chú ý đến hành vi liên hệ: Chúng ta chịu trách nhiệm về sự cản trở của mình khi hành động nhằm hạn chế ảnh hưởng của vô thức.

3. Vô thức được hình thành như thế nào nơi chúng ta. Chúng ta biết vô thức cảm xúc bắt rễ từ thời thơ ấu và được hình thành ngoài ý muốn của chúng ta. Tuy nhiên, không phải mọi vô thức đều bắt nguồn từ đó; một phần vô thức đã từng thuộc bình diện tiền ý thức và thậm chí thuộc bình diện ý thức. Cô gái quyến rũ, người phụ nữ tống tình, và người linh mục thao túng hẳn đã ý thức các khuynh hướng của họ ngay khi xuất hiện các thái độ và cá tính thất thường của họ; chỉ ít họ đã có thể nhận thấy điều đó. Khi họ thỏa mãn các khuynh hướng đó một cách có hệ thống, cùng với "những nhân nhượng" (có lẽ chẳng có gì nghiêm trọng và không mấy quan trọng), họ đã dần dần đẩy chúng vào vùng vô thức xuyên qua cơ chế tích tụ tiệm tiến (sedimentation. Xem phần I, chương 2: 4,2). Cơ chế này thường có 4 giai đoạn liên tiếp:

- Sự nhận thức lần đầu và thỏa mãn cách ý thức;
- Những thói quen ngày càng ít bị kiểm soát và suy tính;

- Động năng ngày càng ẩn khuất và đòi hỏi cách tự động,
- Động cơ vô thức.

Nói cách khác, họ luôn luôn cảm thấy bị cuốn hút mãnh liệt hơn bởi điều mà mình thường xuyên nhân nhượng; và sự cuốn hút đó sẽ biến thành cảm xúc thu hút cách tự động (không đi qua ý muốn lý tính). Hậu quả là họ không còn nhận thấy sự mâu thuẫn và tiêu cực của "cơn cám dỗ," và biến nó thành chuyện bình thường và tự nhiên-nên-được phép.

Như vậy, nếu chúng ta không thể nói đến trách nhiệm trực tiếp, thì ít nữa chúng ta có thể nói đến trách nhiệm gián tiếp trong việc hình thành thái độ quyến rũ, tổng tình và thao túng. Khi nói đến "ý niệm mơ hồ" về vô thức, chúng ta muốn ám chỉ cái cảm giác của chủ thể về những khuynh hướng đó. Những khuynh hướng đó tích tụ trong vô thức, nhưng chưa hoàn toàn đi vào vùng vô thức. Ý niệm mơ hồ có thể được xem như dư âm của sự kiểm soát của lý trí và như một dấu hiệu của một sự băn khoăn hồng phúc. Tuy nhiên, vào một lúc nhất định dấu hiệu đó cũng có thể biến mất, và họ phải chịu trách nhiệm về việc nhận ra dấu hiệu đó. Nếu sự băn khoăn cũng biến mất, thì trách nhiệm trực tiếp được giảm nhẹ; nhưng bấy giờ họ rất khó nắm bắt được vô thức đó một lần nữa, nếu không nói là vô phương.

H. PHẢN ỨNG HÀNH VI ĐỐI VỚI VẤN ĐỀ VÔ THỨC

Sự hiện diện của động cơ vô thức làm rạn nứt mối tương quan giữa thực tại nội tâm và nhận thức của chủ thể về thực tại nội tâm của mình: Giữa những gì đang xảy ra trong nội tâm và những gì mà chủ thể nghĩ là đang xảy ra. Có một sự chênh lệch giữa cảm xúc đích thật và cảm xúc mà chủ thể nghĩ là của mình. Chúng ta hãy quay lại những ví dụ trên đây: Thực tại tâm linh đích thật là cảm nghĩ quyến rũ, hăm dọa và ăn chơi, trong khi đó chủ thể cảm thấy mình bị hiểu lầm, nghĩ rằng mình là kẻ tử vì đạo và là người bất hạnh.

Sự chênh lệch đó do bản ngã tạo ra. Bản ngã muốn tự vệ chống lại cảm xúc đích thật, bởi vì cảm xúc đích thật thì khó chịu và đe dọa lòng tự trọng. Do đó, bản ngã bóp méo, phủ nhận và ngăn cản cảm nghĩ đó xuất hiện đầy đủ trong ý thức. Thực tại nội tâm đích thật gây ra cảm xúc sợ hãi và bản ngã tự đặt mình trong tư thế tự vệ, ngõ hầu khỏi phải thừa nhận nhu cầu cơ bản làm cho mình khó chịu. Như thế, ý hướng ý thức không biểu thị cho kinh nghiệm thật sự của chủ thể, nhưng đã bóp méo kinh nghiệm đó qua phản ứng tức giận. Chúng ta sẽ thấy rõ điều đó qua những ví dụ sau đây:

Một người trẻ quan tâm đến sức khỏe của một người lớn tuổi, nhưng hành động của anh ta xem ra gượng gạo, quá bối rối và thậm chí ngọt ngào. Anh ta tưởng mình quan tâm

đến người khác, nhưng thật ra mắt anh vẫn chăm chú đến việc lãnh nhận.

Một phụ nữ cư xử khiêm tốn một cách gượng gạo đến mức làm cho người khác cảm thấy khó chịu, đến nỗi họ không hiểu là bà nghiêm túc hay chỉ giả vờ. Bà tưởng mình khiêm tốn, trong khi bà tự hào về sự khiêm tốn của mình.

Một người đàn ông nói về sự bình thản của mình: "Tôi không bao giờ nổi giận." Tuy nhiên, khi ông tuyên bố như thế, người ta nhận thấy các cơ chung quanh miệng ông co lại. Ông tưởng mình kiên nhẫn, trong khi ông chỉ ngạt thở mà thôi.

Cho dù cảm xúc đích thật của chủ thể có mâu thuẫn đi nữa, nó vẫn không thể bị loại trừ hay huỷ bỏ. Khi người ta thích ứng hành vi nhằm chống lại cảm xúc đích thật đó, hành vi ấy sẽ tỏ ra gượng gạo, khô cứng, giả tạo cường điệu, thiếu tự nhiên: Chủ thể không phải là tác nhân trọn vẹn của hành vi đó. Giá trị mà chủ thể tuyên bố không thấm sâu vào cõi lòng, vì thế mà người ta không cảm nhận giá trị đó hoàn toàn. Người ta sống theo các giá trị, nhưng không thể thấu triệt hay cảm nắm ý nghĩa của các giá trị. Nhận thức của chủ thể về mình không biểu thị những cảm xúc, ước muốn và ý hướng thật sự, nhưng đã bóp méo chúng. Người bất nhất tin rằng họ khao khát các giá trị, nhưng thật ra họ chỉ ép mình phải muốn như thế. Họ nghĩ là mình xác tín vào các giá trị đó nhưng thật ra họ ép buộc mình phải tin như thế. Họ nghĩ mình hành động cách thanh thản, nhưng kinh nghiệm thực sự của họ, giọng nói và ánh mắt lại tỏ lộ sự lúng túng và căng thẳng. Họ lo lắng không để cho các cảm xúc mâu thuẫn đến gần mình hơn là sử dụng chúng. Họ lo lắng phải hành động thế nào cho phải hơn là quan sát nội dung của hành động đó.

Phong cách đó không chỉ là sản phẩm của các nhu cầu vô thức, nhưng còn là sản phẩm của cái tôi hiện thời. Cái tôi hiện thời được cấu tạo dựa trên kế hoạch tránh né kinh nghiệm thật sự của mình. Đó là một tiến trình che đậy, che đậy là thành phần của một lối sống, một phần của cái lô-gic mà chủ thể không nhìn nhận và hậu thuẫn cách công khai, nhưng chính chủ thể đã làm nên và cảm thấy gắn bó chặt chẽ với nó. Có một ý định tự vệ, mặc dầu không cố ý, nhưng chủ thể nhận biết tác phong này một cách nào đó: Chủ thể bám chặt vào ý định đó và vô phúc cho ai chất vấn ông tại sao. Khi thể hiện tác phong đó cách vô thức, chủ thể thường cũng cảm thấy một sự thỏa mãn nhất định: Ai không bao giờ nổi nóng thì hãnh diện về nhân đức của mình; khi giúp đỡ người lớn tuổi, người đàn ông trẻ tự hào về lòng quảng đại của mình; người phụ nữ khiêm tốn giả tạo cảm thấy sung sướng vì mình không giống như những người khác. Người ta vô tình nở một nụ cười trên môi hay cảm thấy lâng lâng mỗi khi đạt được mục tiêu tự khẳng định. Đó là những biểu lộ của cảm xúc hài lòng khi chủ thể thực thi quyền lực của mình cách này hay cách khác. Tuy nhiên,

điều đó rất chóng qua và mâu thuẫn.

Qua biểu đồ so sánh mối tương liên giữa các biến tố vô thức - ý thức và không cố ý - cố ý, chúng ta sẽ nhận thấy các cấp độ trách nhiệm khác nhau.

Bảng VII, trong khi loại trừ phạm trù lưỡng phân, muốn cho thấy rằng vùng mờ tối chi phối cách thức chúng ta đánh giá và giải quyết vấn đề của mình. Chúng ta hãy phân tích hai tình huống mục vụ sau đây:

* Tâm Lý Lưỡng Phân

- Thân chủ: Tôi đã phê phán các bề trên cách tiêu cực để tự khẳng định đối với họ và tôi cũng phản đối họ về một số điểm.

- Nhà tư vấn: Nhưng anh có cố ý hành động như thế không (ông hỏi thân chủ về bản đồ ý thức và cố ý).

- Thân chủ: Dĩ nhiên là không. Tôi luôn quyết định là phải sẵn sàng cộng tác với bề trên (Bản đồ ý thức và cố ý)

- Nhà tư vấn: Nếu anh không cố ý hành động như thế thì đừng nghĩ tới nó nữa; khi những chuyện ấy tái diễn, anh hãy cầu nguyện và đừng bận tâm nữa.

Kết luận: Thân chủ sẽ không lo lắng nữa, nhưng dầu sao thì ngoài việc cầu nguyện, anh vẫn tiếp tục tẩy chay các bề trên.

* Tâm Lý Vùng Mờ Tối

- Thân chủ: Tôi đã phê phán các bề trên cách tiêu cực để tự khẳng định đối với họ và tôi cũng phản đối họ một vài điểm.

- Nhà tư vấn: Nhưng anh có cố ý hành động như thế không?

- Thân chủ: Dĩ nhiên là không. Tôi luôn quyết định là phải sẵn sàng cộng tác với họ.

- Nhà tư vấn: Như vậy, anh không cố ý làm như thế. Nhưng theo anh thì tại sao có chuyện đó? Khi anh hành động như thế, thì có gì ở đằng sau đưa tới hành động ấy không? (Mời gọi đi xa hơn bản đồ ý thức).

- Thân chủ: Bề trên tôi là một người rất tốt, nhưng giờ đây tôi mới nghĩ ra - thỉnh thoảng tôi nghĩ tốt hơn là không nên tin ai, kể cả bề trên (Một điều gì đó khác hẳn bắt đầu lộ diện; vấn đề không phải là vì bề trên mà anh có những lời phê phán tiêu cực, nhưng là vì tác phong nghi ngờ của anh).

- Nhà tư vấn: Có như vậy mà anh không biết, anh để cho trí tưởng tượng chi phối anh

đấy thôi.

- Thân chủ: Thật vậy - bây giờ tôi mới nghĩ ra - thỉnh thoảng chính tôi là người xúi giục kẻ khác chế điều bề trên (Bản đồ cố ý gắn liền với hành động)

- Nhà tư vấn: Đừng lo lắng về sự phán đoán tiêu cực mà thôi, nhưng anh nên cẩn trọng về những chuyện nhỏ nhặt nữa. Anh đặt giả thiết cho hành động, rồi sau đó anh lại phủ nhận.

Kết luận: Chủ thể hiểu rằng mình phải chịu trách nhiệm về việc phê phán của mình.

Như thế tâm lý học không loại bỏ trách nhiệm cá nhân. Đúng hơn, tâm lý lưỡng phân dường như đi tới chỗ loại trừ trách nhiệm hoặc tương phản tột độ.

Bảng VII. Các mức độ trách nhiệm

Chương 3. CHIẾN LƯỢC CỦA VÔ THỨC



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG](#)

Như chúng ta đã thấy, vô thức không có nghĩa là bất động hay xấu. Các xu hướng vô thức có thể tích cực hay có ích. Chúng ta sẽ thấy có những nhu cầu tương thích với các giá trị và hỗ trợ cho việc thực hiện các giá trị: Một kho năng lượng, dù là vô thức, thì cũng có lợi cho con người.

Trong chương này, chúng ta sẽ bàn đến những ảnh hưởng tiêu cực của vô thức đối với tiến trình quyết định, trong khi đó chúng ta vẫn phải liên tưởng đến những gì đã nói về cái tôi tiềm ẩn và các nhu cầu, và về mối quan hệ giữa ý thức và vô thức. Chúng ta đặt câu hỏi: Vô thức ảnh hưởng tiêu cực đến việc chọn lựa trong đời sống như thế nào? Đây là mối tương quan giữa vô thức và việc quyết định, giữa vô thức và khả năng của con người trong việc trung thành với các giá trị mà mình đã chọn và trong việc cụ thể hóa các giá trị đó bằng chứng tá đời sống. Những công trình nghiên cứu khoa học đã chỉ ra một vài ảnh hưởng của vô thức.

A. VÔ THỨC VÀ CÁC LÝ TƯỞNG DỄ TỒN THƯƠNG

Mọi quyết định có trách nhiệm, nghĩa là bắt nguồn từ ước muốn lý tính, đều bao gồm những chuẩn mực nhất định về tính phổ quát; những tiêu chuẩn này vượt trên những lợi ích tức thời, liên quan đến nơi đây và bây giờ. Các giá trị làm cho việc cam kết của chúng ta trở nên bền vững. Tinh thần con người có chiều hướng tập trung vào các giá trị đó là chiều hướng tâm lý thuận lợi cho tiệt tu đức; nó tạo ra một sự căng thẳng lành mạnh để phát triển và tạo điều kiện cho con người mở lòng đón nhận tác động của ân sủng. Bởi vì chúng ta được thúc đẩy bởi các giá trị, cho nên chúng ta chấp nhận biến đổi dần dần qua việc giải thể cơ cấu (chúng ta loại bỏ những cấu tố tương phản với chọn lựa của chúng ta) và tái cấu trúc (chúng ta tìm ra một cách thức mới để củng cố các giá trị mà chúng ta đã chọn). Vì thế, chúng ta có thể nói quyết định có trách nhiệm đã chứa đựng một lý tưởng "mềm": Một hạt nhân của những giá trị mà chúng ta phải phát huy và quy chiếu để đổi mới nhân cách.

Chúng ta hãy so sánh hai chàng trai muốn trở thành bác sĩ. Cả hai đều đã hoàn tất

chương trình học vấn. Một người thì xem nghề bác sĩ như một cách gây uy tín và làm giàu. Anh ít quan tâm đến bệnh nhân như là những con người hay cập nhật hóa chuyên môn. Trái lại, người kia thì thắng vượt các nhu cầu ái kỷ và quý trọng các giá trị nội tại của -nghề bác sĩ. Hoạt động tích cực của người thứ nhất chỉ phản ánh các năng lực và năng khiếu hiện thời của anh (cái tôi hiện thực). Còn nơi người thứ hai, chúng ta thấy có một sự dần thân trong đời sống, một sự cống hiến thật sự vì những giá trị siêu việt hơn là vì lợi nhuận trước mắt (cái tôi lý tưởng). Anh ta duy trì sự chọn lựa của mình không chỉ nhờ những năng lực hiện có, nhưng còn nhờ những lý tưởng mà anh phải đạt tới. Sức mạnh siêu việt đó là nền tảng của mọi hình thức dần thân đích thật, nhất là trong việc chọn lựa ơn gọi tu trì và linh mục. L. Rulla đã chỉ cho thấy rằng ơn gọi không mấy hệ tại ở việc "tôi là gì," hay "tôi thấy mình như thế nào" nhưng hệ tại ở việc "tôi muốn làm gì," và lý tưởng mà người ta khao khát thực hiện nhờ ơn Chúa.

Chúng ta thường dựa vào những lý tưởng mà lấy quyết định, nhưng lý tưởng đó cũng có thể không thực tế, ít là một phần nào đó. Các lý tưởng là hoa quả của khát vọng siêu việt, nhưng chúng cũng có thể bắt nguồn từ tình trạng thiếu thốn nơi con người, từ các nhu cầu mâu thuẫn trong vô thức cần được thỏa mãn hay phải lẩn tránh. Nếu không biết điều đó, ứng sinh có thể hướng tới một sự chọn lựa vụ lợi nhằm thỏa mãn các nhu cầu hay tự vệ, để thoát khỏi sự xung đột tiềm ẩn. Các lý tưởng mà ứng sinh tuyên bố công khai có thể bắt nguồn từ năng lực vô thức. Bất chấp sự trong sáng hay sự chân thành của ứng sinh khi lấy quyết định, chúng ta không hy vọng ứng sinh sẽ trình bày các động cơ hay nhân cách mình một cách trong suốt được. Chúng ta cũng phải lưu ý đến các yếu tố vô thức. Bên cạnh lý tưởng "mà còn có một lý tưởng "dễ tổn thương", ít khách quan và ít tự do hơn lý tưởng mà. Điều này cũng đúng với những người chọn lựa một lý tưởng siêu việt tự bản chất. Quả thật L. Lulla nhận thấy rằng các ứng sinh chọn đời sống thánh hiến và linh mục thì thiếu thực tế và ở trong tình trạng dễ tổn thương. Tình trạng này liên kết một phần với các nhu cầu trong tiềm thức của cái tôi, mà các nhu cầu này lại không tương hợp với các lý tưởng.

Hình thức duy lý tưởng này, vì tự bản chất thì có tính bù trừ, cản trở ứng sinh thực hiện đời sống tu đức. Qua các giá trị, ứng sinh đi tìm những điều mà mình không bao giờ đạt tới được; và vì thất vọng, ứng sinh sẽ thích nghi với một tác phong ngày càng có tính tự vệ hơn. Nhờ đó, một mặt ứng sinh có thể tuyên bố mình đang theo đuổi các giá trị cao cả, mặt khác thì họ tự vệ để khỏi phải uốn nắn nhân cách theo các giá trị đó, cuối cùng thì những giá trị của họ không thể đứng vững trước thử thách của thời gian.

Việc lý tưởng hóa cũng gặp thấy nơi các sinh viên trong các trường đại học. S. T. Hauser đã thực hiện một công trình nghiên cứu trong vòng 18 tháng: Cứ mỗi 6 tháng, ông

so sánh một nhóm thanh niên bình thường với một nhóm thanh niên phải vào bệnh viện tâm thần. Mục đích của ông là đo lường óc thực tế và sự liên tục trong căn tính của họ, bằng cách sử dụng các yếu tố đó làm nguyên tắc định hướng như trong các công trình nghiên cứu của E. Erikson và xem cái tôi lý tưởng là một trong các biến tố đó. Kết quả thứ nhất: Khái niệm bản thân (cái tôi hiện thực) của các bệnh nhân suy giảm với thời gian, trong khi đó các thanh niên bình thường vẫn duy trì một khái niệm bản thân ổn định. Thoạt đầu, các giá trị (cái tôi lý tưởng) của các bệnh nhân thì cao hơn các giá trị của các thanh niên bình thường, nhưng với thời gian thì các giá trị của các thanh niên bình thường vẫn không thay đổi, còn các giá trị của các bệnh nhân suy yếu dần dần, sa sút thành "một thứ vụn vặt của quá khứ không thích hợp nữa". Kết quả thứ hai. Các thanh niên bình thường càng ngày càng hướng tới tương lai, còn các bệnh nhân thì mù mờ về tương lai. Hai kết quả trên cho thấy tầm quan trọng trong tương quan giữa các biến tố: Có một sự tương ứng giữa căn tính và tính thực tế của các giá trị ("toàn nhập các cơ cấu của cái tôi"). Căn tính càng kiên vững và ổn định, thì các giá trị càng thực tế; chúng tồn tại qua thời gian và vững mạnh hơn. Căn tính càng yếu kém, thì các giá trị càng lớn; thoạt đầu các giá trị cao quá mức, nhưng với thời gian thì mất hết ý nghĩa: Người ta vạch ra một hệ thống các lý tưởng cao cả để bù đắp cho căn tính thiếu kiên định. Tuy nhiên, vì các lý tưởng đó có tính năng tự vệ, nên người ta không thể toàn nhập các lý tưởng vào đời sống của mình; chúng trở nên vô nghĩa và làm cho chủ thể càng trở nên thất vọng hơn.

B. VÔ THỨC VÀ NHỮNG LÝ TƯỞNG PHI THỰC TẾ

Nếu chúng ta hỏi một người tại sao họ chọn một cuộc sống như thế, thì trong số những giá trị mà họ chọn có vài giá trị nổi trội hơn những giá trị khác. Trong số những người chọn đời sống hôn nhân, có người nhấn mạnh mối tương quan vợ chồng, có người nhấn mạnh việc giáo dục con cái, và người khác nữa thì nhấn mạnh đến việc làm chứng trong đời sống xã hội, v.v.... Cũng vậy, chủng sinh này sẽ nhạy cảm hơn với khía cạnh phục vụ tha nhân, chủng sinh khác sẽ đặt trọng tâm vào vai trò phụng vụ, và chủng sinh nọ sẽ chú trọng đến việc học tập. Nếu chúng ta hỏi tại sao họ ưu tiên chọn lựa như thế, họ sẽ trả lời thế này: "Đó là khía cạnh gây ấn tượng mạnh cho tôi và lôi cuốn tôi hơn cả." Từ đó, chúng ta đi đến kết luận: "Bởi vì người ta ưa thích giá trị này hơn những giá trị khác, cho nên người ta sẽ thực hiện giá trị này nghiêm túc hơn các giá trị khác" và chúng ta có thể hy vọng là họ sẽ xây dựng tương lai của mình trên giá trị đó.

Trên thực tế thì khác, ứng sinh không dám nói ra thừng gì lôi cuốn mình thật sự. Đúng hơn, những giá trị mà họ tuyên bố âm ỉ có thể là những giá trị xa lạ nhất với nhân cách của mình. Chúng ta không thể đồng hóa tầm quan trọng mà họ gán cho một giá trị và khả năng

thực hiện giá trị đó; đồng hóa như thế là nhằm lẫn giữa việc "tôi cảm thấy giá trị đó lời cuốn tôi," với việc "tôi có khả năng sống theo giá trị đó." Người ta đâu biết rằng cái giá trị kia có thể là một giá trị phi thực tế.

Đây là lý do: Những lý tưởng cao cả của con người không phải lúc nào cũng tương ứng với các mặt mạnh của nhân cách. Ngược lại, những lý tưởng ít quan trọng hơn cả đều phải lúc nào cũng tương ứng với các mặt yếu nhất của nhân cách. Ai tuyên bố ớn gọi của mình là phục vụ tha nhân, phục vụ giới nghiện ma túy, hoạt động mục vụ gia đình, v.v..., thì trên thực tế họ đâu cần phải có đủ khả năng mới làm được những công việc đó. Ai cảm thấy có tên gọi giáo dục thiếu nhi thì không đương nhiên có khả năng giáo dục. Trái lại, kẻ hay chế giễu những lý tưởng nhất định, có thể có khả năng thực hiện các giá trị đó. Với người mục tử lãng phí năng lực vì những việc mục vụ lặt vặt mỗi ngày bởi vì ông "cảm thấy" đó là việc của mình, ông có thể đóng góp nhiều hơn, nếu ông nhận biết những tiềm năng trong vô thức của mình và nếu ông có tự do khi sử dụng các tiềm năng ấy.

Như chúng ta đã thấy, vô thức có thể tạo nên một sự khập khiễng giữa lý tưởng mà người ta tuyên bố và thiên hướng nội tâm, bằng cách tạo ra một quan hệ tỷ lệ nghịch giữa hai thực tại đó. Khi những lý tưởng cao thượng tương ứng với các mặt mạnh của nhân cách, những lý tưởng đó có rất nhiều ảnh hưởng (đó là những lý tưởng thực tế và tác sinh). Tuy nhiên, người ta cũng có thể phóng chiếu các lý tưởng cao thượng vào những lãnh vực mà mình yếu kém (đó là các lý tưởng phi thực tế và dễ tổn thương). Các công trình nghiên cứu cho thấy có đến 80% ứng sinh thuộc loại thứ hai này. Các nhà nghiên cứu cũng nhận thấy những người theo đuổi ớn gọi thì mạnh mẽ cổ vũ các giá trị vâng phục, phục vụ và cộng tác. Thế nhưng chính họ lại gặp nhiều trở ngại về nhân cách, những trở ngại đó mâu thuẫn với những giá trị mà họ theo đuổi và họ khó thực hiện được các giá trị đó. Trong số các tu sĩ có từ 70-75% trường hợp gặp những trở ngại trầm trọng trong lãnh vực thống trị, thiếu tự tin, nhu cầu biện minh cho mình và tính gây hấn.

Tại sao người ta đề cao những giá trị mà chính mình không thể sống cách chân thật được?

C. VÔ THỨC VÀ NHỮNG GIÁ TRỊ GIẢ TẠO

Cội nguồn của chủ nghĩa duy lý tưởng phi thực tế là vô thức. Giá trị trở nên một giá trị giả tạo: Người ta sử dụng giá trị không nhằm tự siêu việt, mà để đương đầu với những vấn đề do vô thức đặt ra: Chủ thể theo đuổi giá trị nhằm chữa trị những xung đột của mình và nỗ lực giải quyết các vấn đề của mình. Chủ thể không nhận ra những điều đó, cho dù họ cảm thấy khó tiến bộ và không thể giải thích trở ngại ấy được.

Việc chữa trị có thể mặc hai hình thức: "Thỏa mãn gián tiếp" và "chạy trốn để tự vệ".

1. Thỏa mãn Gián Tiếp

Người ta sử dụng giá trị để gián tiếp thỏa mãn một nhu cầu vô thức mà người ta không thể chấp nhận được.

Phục vụ tha nhân để được nhìn nhận là người có khả năng tận hiến (khuyh hướng phô trương). Giao tiếp niềm nở với mọi người để thỏa mãn nhu cầu lệ thuộc. Đào sâu kiến thức để chứng tỏ mình đúng (khuyh hướng gây hấn). Hết lòng dấn thân vì chính nghĩa để giải tỏa tâm trạng khó chịu vì bị ức chế. Sử dụng tính dục để khẳng định căn tính nam nhi, nếu không thì vẫn nghi ngờ nam tính của mình. Chọn đời sống khiết tịnh để thỏa mãn khuyh hướng ái kỷ tiềm ẩn: "Đừng động đến tôi" hay "Tôi chẳng cần ai." Những ví dụ trên đây là kinh nghiệm của chúng tôi và chắc chắn là còn nhiều ví dụ tương tự như thế. Chúng ta cần lưu ý đến năng động tâm lý ẩn nấp bên dưới: Bất chấp các giá trị mà ứng sinh tuyên bố, họ đang sống trái ngược với các giá trị đó; họ không phủ nhận các giá trị, nhưng bóp méo và lợi dụng các giá trị để đạt tới những mục đích trái ngược với các giá trị.

2. Chạy Trốn Để Tự Vệ

Người ta sử dụng các giá trị để loại trừ những nhu cầu vô thức mà người ta không thể chấp nhận được. Khi chọn lựa, người ta cố gắng bóp nghẹt những trở ngại mà họ không thể giải quyết một cách nào khác được.

Ở đây cũng có nhiều ví dụ: Loại trừ những xung đột trong lãnh vực gây hấn và tính dục bằng cách đi tìm sự toàn thiện cách ái kỷ; tòng phục để khỏi phải thừa nhận tính gây hấn của mình bằng cách nại đến nhân đức tuân phục, hoặc để cho lý tưởng cá nhân khỏi gặp nguy hiểm; sống đời hôn nhân như một phương được chữa trị tình trạng bất bênh; tham gia đời sống cộng đoàn để tránh cô đơn. Ở đây, năng động cũng quan trọng: Giá trị đã biến thành giá trị giả tạo.

Đó là một tiến trình vô thức. Chính những cơ chế tự vệ đã giúp duy trì tiến trình đó. Nhờ cơ chế tự vệ, người ta bảo vệ được lòng tự trọng, nếu không thì lòng tự trọng sẽ bị đe dọa khi người ta nhận ra tiến trình thỏa mãn-chạy trốn đó. Nhờ sự tự vệ, chủ thể có thể sử dụng giá trị để chữa trị bản thân, mà vẫn duy trì ảo tưởng là mình theo đuổi các giá trị. Họ xem sự thỏa mãn gián tiếp hay chạy trốn để tự vệ là nhân đức, đoàn sủng cá nhân, ơn gọi tu trì, thánh ý Thiên Chúa, v.v...

Đây có phải là một phương thuốc hiệu nghiệm để chữa trị cho mình không? Bên cạnh cái lợi là cứu nguy cho lòng tự trọng, song chủ thể cũng gặp bất lợi là bị thúc ép phải "lập đi

lặp lại." Họ càng sử dụng cơ chế thỏa mãn gián tiếp và chạy trốn tự vệ để đối phó với một nhu cầu, chứ không phải để đương đầu và làm sáng tỏ nhu cầu, thì bấy giờ nhu cầu đó càng trở nên gay gắt và đòi hỏi hơn. Nhu cầu đó càng thúc ép họ phải lặp đi lặp lại tác phong tự huỷ hoại nhiều hơn. Theo lô-gic của vô thức, một nhu cầu vô thức càng được thỏa mãn hay bị lẩn tránh, thì nhu cầu đó càng trở nên độc đoán. Nếu ai tự lừa dối mà cho rằng đời thánh hiến sẽ giúp họ khắc phục các nhược điểm và các nỗi sợ hãi của mình, thì thoát đầu họ có thể cảm thấy an tâm và nhiệt tình, nhưng với thời gian, các vấn đề của họ sẽ xuất hiện trở lại cách dữ dội hơn, thúc ép họ phải sử dụng tác phong tự vệ quyết liệt hơn nữa. Họ đi từ ảo tưởng đến tự lừa dối. Đó là lý do của sự cải thiện giả tạo, sự khủng hoảng (bên ngoài có vẻ) đột ngột, sự nhiệt tình chóng qua và tác phong chủ bại, mà chủ thể không hề biết rút ra bài học từ các sai lầm của mình.

D. VÒNG LUẦN QUẢN CỦA CÁC KỲ VỌNG SAI LẠC

Nếu trong tiềm thức, ứng sinh theo đuổi ớn gọi để thỏa mãn những khát vọng của mình và hy vọng sẽ tránh né được các xung đột hiện tại mà họ không muốn giải quyết bấy giờ họ ấp ủ những kỳ vọng phi thực tế. Sớm hay muộn họ cũng thấy sự chọn lựa ớn gọi linh mục-tu sĩ không phải là phương thuốc thần diệu để loại trừ vấn đề của mình: Họ cảm thấy bị lừa và thất vọng mà không biết tại sao. Khi những kỳ vọng phi thực tế không thực hiện được, chúng vẫn không rơi vào quên lãng. Bởi vì chúng bắt rễ trong vô thức, nên loại bỏ chúng là nhiệm vụ hết sức khó khăn. Đúng hơn, người ta càng cảm thấy thất vọng, thì các kỳ vọng càng thiếu thực tế: Sự thất vọng càng gay gắt thì càng tạo nên những kỳ vọng thiếu thực tế. Người ta càng thất vọng bao nhiêu thì càng ảo tưởng bấy nhiêu; càng ảo tưởng bao nhiêu thì càng thất vọng bấy nhiêu, và thậm chí càng ảo tưởng hơn nữa. Chúng ta đừng quên là chúng ta đang đi theo cái lô-gic của vô thức. Vòng luẩn quẩn đó đưa đến hai hậu quả tai hại đối với việc bền chí và khả năng nội tâm hóa. Rulla và các cộng sự viên đã chứng minh điều đó bằng kinh nghiệm của mình.

1. Vòng luẩn quẩn đó là mối đe dọa cho sự bền chí: Vì sự thất vọng, các nhược điểm của nhân cách trở nên dễ thấy và nổi trội hơn, lý tưởng dễ tổn thương dần dần lớn hơn lý tưởng mầm. Chủ thể cảm thấy lạc lõng và có khuynh hướng từ bỏ nếp sống đã chọn, hay vẫn ở lại trong hội dòng, nhưng xây tổ cho mình bằng một nếp sống tầm thường và thiếu nỗ lực.

2. Vòng luẩn quẩn đó là mối đe dọa cho khả năng nội tâm hóa: Sự thất vọng càng lớn thì chủ thể càng mất thời giờ và năng lực để duy trì nếp sống báp-bê-nh của anh. Do đó, anh ta không còn năng lực để tự siêu việt. Chúng ta khỏi cần nói đến những kẻ khép kín trong

thể gói tự kỷ của mình, mà chỉ cần quan sát những người có năng lực mà không sinh hoa kết quả. Ví dụ: Nếu một ứng sinh tổ chức đời sống mình dựa trên sự ban thưởng, anh ta sẽ canh chừng những hành vi có thể đặt anh ta trong tình trạng lúng túng: Anh ta cần một khoảng cách "hợp lý với người khác để không bao giờ bị thử thách. Vì sự "cẩn trọng và dè dặt" của anh ta, không ai có thể đến gần và thấy rõ anh ta, mà chỉ có thể nhìn thấy cái vẻ trưởng thành nơi hành vi của anh mà thôi.

E. VÔ THỨC VÀ NHỮNG CƠ CHẾ CHỦ BẠI (Self-Defeating)

Đến đây, bạn nên biết rằng có một yếu tố vô thức vẫn tiếp tục hoạt động trong vùng ý thức của đời sống tâm linh: Chúng ta chưa biết yếu tố đó là gì, nhưng chúng ta có thể cảm nghiệm và nhận ra ảnh hưởng của nó. Bạn cũng nên biết rằng, khi một yếu tố vô thức gây nên mâu thuẫn, thì ảnh hưởng tiêu cực đối với sự phát triển: Lý tưởng dễ tổn thương trở nên mối đe dọa cho lý tưởng "mềm".

Tại sao thế? Chúng ta đã có một vài câu trả lời rồi: Đó là những kỳ vọng phi thực tế, cái vòng luẩn quẩn của những kỳ vọng sai lạc, sự thúc bách phải lặp đi lặp lại chủ nghĩa tượng trưng. Và nguyên nhân cuối cùng là cơ chế chủ bại: Vì ảnh hưởng của vô thức, chủ thể gây ra điều mà mình phàn nàn. Chính mình gây ra điều mà mình sợ. Chính kẻ "giơ tay phản đối" lại là người "chong đèn" đi tìm điều mình phản đối anh ta thu lượm những sự bất công mà mình không muốn.

Để hiểu chiến lược này, chúng ta phải xem lại các năng động của ước muốn cảm tính (phần I, chương 3:1): Nhờ tổng quát hóa, việc đánh giá bằng trực giác trở nên bất biến và tạo nên những kỳ vọng nhất định về tương lai.

Khi chúng ta dùng trực giác mà đánh giá điều này tốt và điều kia xấu, chúng ta hy vọng chúng vẫn tốt và xấu qua dòng thời gian, và chúng ta cũng đánh giá các thực tại tương tự như thế. Sau khi bị chó cắn, chúng ta tiếp tục sợ con chó đó cũng như những con chó khác. Sự mong đợi đó tồn tại vô hạn định (ký ức tình cảm) và mang theo một dự đoán là vật thể đó và những vật thể tương tự sẽ tốt hay xấu suốt đời. Chúng ta mong đợi người khác sẽ đối xử với chúng ta như những người quan trọng trong quá khứ đã từng đối xử với chúng ta. Đó là một đặc điểm cốt yếu trong quá trình chúng ta đánh giá người khác và tác động của họ đối với chúng ta. Điều chúng ta cần giải thích không phải "tại sao người ta vẫn đánh giá như cũ nhưng là "tại sao người ta thay đổi ách đánh giá": Khi một người bị "phỏng," anh ta không thể hình dung là trong tương lai hoàn cảnh sẽ khác. Nếu người ta chỉ suy nghĩ là lần sau sẽ khác hay mình sẽ mạnh mẽ hơn, thì suy nghĩ đó không đủ để thay đổi việc đánh giá: Sự mong đợi một khi đã được đáp ứng, thì khó có thể sửa đổi nhờ những

kinh nghiệm sau đó. Người ta bị thôi thúc phải thực hiện lại lần nữa bởi vì thất vọng hơn là tin vào sự thành công của mình. Một lần nữa, nỗi sợ hãi (sự lo âu đề phòng) lại gây ra điều người ta sợ hãi. Thông thường thì những sự thay đổi có thể giúp chúng ta điều chỉnh lại việc đánh giá, nhưng nếu chúng ta quá liên lụy về mặt cảm xúc, thì không thể điều chỉnh được.

Như thế, khi chúng ta đề phòng người khác, thì sự đề phòng đó lại chi phối cách chúng ta giao tiếp với họ. Rồi sau đó, cách chúng ta giao tiếp với họ lại chi phối cách họ đáp lại chúng ta. Như thế, chúng ta tạo nên điều mà chúng ta mong sẽ đón nhận. Đó là thủ đoạn của "lời tiên tri sẽ được ứng nghiệm" (anh thấy đó, tôi nói đâu sai?): Trước hết chúng ta chờ đợi một biến cố nhất định, sau đó chúng ta hành động một cách nào đó để lời tiên báo của chúng ta được ứng nghiệm và cuối cùng thì cách hành động của chúng ta được ghi lại trong vô thức.

Nếu người tu sĩ bị bề trên khiển trách, họ sẽ nói: "Tôi đã biết mà. Máy ông bề trên đều thích khiển trách. Bởi thế, tôi sẽ phòng thủ đối với những kẻ có quyền. "Khi bị khiển trách, họ càng xác tín rằng lời tiên báo của mình là đúng và tiếp tục khiêu khích bề trên biểu lộ những phản ứng mà họ chờ đợi. Thế nhưng, họ nhận thấy mình là nạn nhân vô tội vì sự tàn nhẫn của bề trên. Theo kinh nghiệm, khi chúng ta xem người khác là kẻ hay thù hằn, thì chính cái nhìn của chúng ta sẽ xui khiến họ trở nên kẻ hay thù hằn. Nếu chúng ta nhìn người khác cách tích cực, thì cái nhìn của chúng ta cũng sẽ thúc đẩy họ tỏ ra tích cực. Để chứng minh điều đó, người ta yêu cầu một số sinh viên nam nói chuyện điện thoại với những cô gái mà họ chỉ thấy trong hình. Một số cô được cho là đẹp và một số khác thì cho là xấu. Khi phân tích những lời bình phẩm của các cô gái sau cuộc hẹn hò, người ta thấy rằng những cô được cho là đẹp thì nhiều hơn những cô xấu; và sự đánh giá của các sinh viên nam (không phát biểu qua lời nói) đã thúc đẩy các cô tin rằng người đẹp thì phải dễ thương.

Như thế, bất cứ ai phàn nàn về tình trạng của mình thì nên biết rằng chính mình đã góp phần tạo nên tình trạng đó. Không phải vận đen hay nhiễm sắc thể xấu là nguyên nhân của sự cô độc, hiểu lầm hay nóng nảy. Bất cứ khi nào chúng ta cảm thấy đau khổ, thì chúng ta phải chịu trách nhiệm về sự đau khổ của mình, cho dù chúng ta chỉ có thể đối phó ở mức độ tối thiểu. Bao lâu chúng ta chưa chấp nhận trách nhiệm đó, chúng ta sẽ không có lý do để thay đổi: Nếu tôi đau khổ là do người khác gây ra, thì tại sao phải tốn công tốn sức để thay đổi? Giải pháp duy nhất là thay đổi môi trường chung quanh.

Chúng ta nên nhìn nhận điều đang xảy ra cho mình (Đừng nói "họ phá hoại tôi," nhưng nên nói "tôi để mình bị phá hoại".) Điệp khúc "tôi không thể" thường là một đủ đoạn để tránh né điều "tôi không muốn." Bao lâu chúng ta còn nói "tôi không thể," bấy giờ chúng ta vẫn

không nhận thấy mình đã tích cực góp phần tạo nên tình trạng đó. Do đó, đây là nguyên tắc hiển nhiên: Mỗi khi than phiền về tình trạng của mình, anh hãy đi và xem xét mình đã làm gì để tạo ra tình trạng đó.

Cơ chế chủ bại là yếu tố nền tảng của liệu pháp "ý hướng nghịch lý" mà Frank đặt tên và mô tả lần đầu vào năm 1938. Từ đó, trường phái của Milton Erickson, Jay Haley, Don Jackson và Paul Watzlawick đã triển khai những liệu pháp tương tự. Liệu pháp đó muốn tạo điều kiện giúp bệnh nhân ý thức trách nhiệm của mình. Nhà trị liệu yêu cầu bệnh nhân tạo ra và phóng đại các triệu chứng của mình. Ông yêu cầu người độc đoán hãy cố ý hành động cách độc đoán; yêu cầu người hay sợ hãi phóng đại các nỗi sợ hãi của mình; yêu cầu người đam mê cờ bạc hãy cố ý để cho mình bị thua bạc. Liệu pháp này muốn giúp bệnh nhân giữ một khoảng cách với các triệu chứng, xem xét chúng một cách bình thản, nhất là ý thức rằng chính họ có ảnh hưởng - tới mức tạo ra chúng - đối với các triệu chứng của mình.

F. ĐỐI PHÓ VỚI SỰ BẤT NHẤT

Những sự bất nhất cần phải được giải quyết. Tuy nhiên, không phải lúc nào chúng ta cũng có thể giải quyết được những sự bất nhất. Khác với việc thay đổi ý kiến đơn thuần, nếu chúng ta muốn thay đổi những yếu tố liên hệ đến cái tôi, chúng ta phải thay đổi nhiều về mặt tâm lý. Chúng ta đã thấy nhiều lý do: Nguồn gốc cảm xúc của các thái độ, chức năng của thái độ trong việc phục vụ và bảo vệ bản ngã, lòng tự trọng cần phải được bảo vệ và ý hướng không cố ý (non-deliberate intentionality). Chúng ta có thể đưa ra một lý do khác nữa: Những sự bất nhất tuy gây ảnh hưởng xấu đối với việc lượng thành, nhưng cũng đưa lại "những lợi lộc phụ." Quả vậy, những sự bất nhất đáp ứng các mục tiêu vô thức khác nhau. Chẳng hạn, nhờ bất nhất đối với nhu cầu phô trương, người ta tỏ ra là người tốt. Họ làm cho người khác trở nên xấu, bằng cách kích thích lòng đố kỵ của người khác. Vì thế, họ cảm thấy mình đạo đức hơn người khác và có nhiều khả năng hơn thực chất của mình. Trái lại, vì nhu cầu hạ mình, người bất nhất tỏ ra là một kẻ chịu đau khổ, nhờ đó mà họ được yêu thương, thông cảm và khỏi phơi bày bộ mặt thật của mình. Nhờ tính nhút nhát, họ có thể giải tỏa sự tức giận của mình cách gián tiếp và ngấm ngấm chi phối người khác. Bởi vậy thay đổi là khước từ những mối lợi phụ thuộc và chấp nhận gian khổ để cải tổ cái tôi của mình.

Ngay cả khi người ta thừa nhận mình có vấn đề, điều đó không có nghĩa là họ đã sẵn sàng để giải quyết vấn đề của mình. Họ xin giúp đỡ để có thể thay đổi lối sống của mình, nhưng điều nghịch lý là họ không chấp nhận thay đổi và cương quyết kháng cự, bất chấp những chuyện rắc rối mà họ phải chịu vì không thay đổi. Kinh nghiệm cho chúng ta thấy rằng

ngay cả khi họ đang được giúp đỡ cách hữu hiệu và thích đáng, họ có thể biến mất, bởi vì họ từ chối sự giúp đỡ hay than phiền là nhà tư vấn không hiểu họ. Cho dầu họ đang cần giúp đỡ, nhưng họ không muốn thay đổi, mà chỉ muốn được xoa dịu tạm thời, nếu không nói là họ chờ đợi một sự tán thành ngầm ngỏ hầu họ được tiếp tục sống như trước.

Theo kinh nghiệm của chúng tôi và nhiều nhà giáo dục, khi một người đến tham vấn, họ thường đưa ra ba yêu cầu ngầm ngấm. Tuy nhiên, nếu chúng ta đáp ứng những yêu cầu đó, họ sẽ không phát triển được. Ba yêu cầu đó là:

- * Yêu cầu được an toàn: Họ chờ đợi nhà huấn luyện lãnh trách nhiệm thay cho họ. Đó là một yêu sách vô thức, muốn người khác quyết định thay cho mình. Vì thế, nhà huấn luyện nên khuyến khích họ tự lập: "Tôi giúp anh để anh có thể lấy những quyết định phù hợp với các giá trị mà anh đã tự do chọn lựa."

- * Yêu cầu lệ thuộc: Họ muốn có ngay câu trả lời và giải pháp mà không cần phải khảo sát những khía cạnh của vấn đề. Họ yêu cầu có ngay một phương pháp để loại trừ căng thẳng mà không cần phải tiêu hóa và chịu đựng nó. Do đó, để giúp đỡ họ hữu hiệu, chúng ta cần giúp họ nhận ra và hiểu rõ gốc rễ của trở ngại, giúp họ thấy mình thường tương quan với thực tại như thế nào. Sự trợ giúp không chỉ nhằm giúp họ thoát ra khỏi vấn đề, nhưng còn giúp họ biết tổ chức lại các nhu cầu, thái độ và giá trị của mình.

- * Yêu cầu hiệu năng: Tận đáy lòng, họ khao khát một sự bảo đảm cho tương lai: Họ muốn rằng trong tương lai hễ có chuyện gì xảy ra, thì mọi sự sẽ đầu vào đấy. Họ muốn một cuộc sống không có căng thẳng và một hạnh phúc chắc chắn. Đó là một yêu sách mà nhà huấn luyện không thể đáp ứng được, bởi lẽ tương lai luôn mở ra với những triển vọng và rủi ro. Chủ thể đón nhận những triển vọng và rủi ro đó như thế nào là tùy khả năng tự quyết của mình.

Vì thế, lý luận không phải là phương thế duy nhất để đối phó với những sự bất nhất. Có những nhân tố cảm xúc khác cản trở người ta lý luận. Khi chúng ta sẵn sàng đối phó với những sự bất nhất, điều đó không có nghĩa là chúng ta tự động bước qua giai đoạn đương đầu với những sự bất nhất để khắc phục. Vả lại, sự đương đầu này chỉ là một trong số bốn khả năng khác. Theo các lý thuyết về bất nhất, chúng ta có thể phân biệt 4 cách xử lý sự bất nhất.

Tất cả những cách xử lý này nói đến những sự bất nhất thuộc bình diện nội tâm-cơ cấu. Như vậy là đụng chạm đến cái tôi của con người. Thoạt đầu thì bức tranh càng giống nhau: Chủ thể nhận thấy có sự căng thẳng, sự mâu thuẫn (ít nhất là) giữa 2 yếu tố quan trọng về một chức năng, và sự tương phản-căng thẳng phát xuất từ đó. Chúng ta hãy xem

những ví dụ sau đây: Một người đàn ông ngoại tình, nhưng ông không muốn ly hôn vì những lý do khác nhau. Một cô gái gặp rắc rối với bạn trai, nhưng cô không muốn đoạn tuyệt với anh ta, vì nếu đoạn tuyệt, thì đây là lần thứ ba. Thủ trưởng một cơ quan không biết có nên đưa các vấn đề ra bàn bạc với cấp trên hay là im lặng để bảo vệ tiếng tăm của mình.

Theo mô hình duy trì sự bất nhất, chủ thể lo sao để xoa trừ căng thẳng mà không phải loại bỏ sự bất nhất vẫn cứ gây mâu thuẫn. Họ tác động trên hậu quả chứ không tác động trên nguyên nhân.

Theo mô hình hạn chế sự bất nhất, chủ thể tác động trên chính sự bất nhất bằng cách loại trừ sự mâu thuẫn.

1. Những Hình Thức Duy Trì Sự Bất Nhất

Các yếu tố tương phản vẫn tồn tại như trước và chủ thể vẫn nhận ra chúng. Họ không muốn từ bỏ sự thỏa mãn liên kết với cả hai yếu tố. Điều họ theo đuổi là làm thế nào để sự tương phản gây càng ít phiền phức càng tốt cho dù sự tương phản khiến họ mất đi những lợi ích mà anh ta sẽ có được nếu sự tương phản được giải quyết (sự mạch lạc của đời sống, lòng tự trọng đích thật, v.v...). Có hai cách hạn chế sự căng thẳng, trong khi sự tương phản vẫn tồn tại: Đó là tránh né sự bất nhất và đương đầu với sự bất nhất.

a. Tránh Né Để Duy Trì Sự Bất Nhất

Để hạn chế sự căng thẳng mà không loại bỏ sự tương phản đã gây ra căng thẳng, chủ thể cố giữ cho các yếu tố tương phản biệt lập với nhau, không để cho chúng va chạm với nhau. Đó là hiện tượng "chia thành ngăn" và "luân phiên." Nói một cách đơn giản, hiện tượng đó giống như việc người ta phải sống trong những căn nhà chật hẹp hay những căn hộ tù túng. Khi cần có một lược đồ quy chiếu, thì một loạt những thái độ và giá trị sẽ vào cuộc. Tuy nhiên, nếu lược đồ đó mâu thuẫn với các thái độ và giá trị thì các khuynh hướng trái nghịch sẽ được kích hoạt. Bằng cách đó mà niềm tin, các thái độ và tập quán không tương thích với nhau vẫn được duy trì mà không giờ phải va chạm với nhau.

Một hình thức tránh né khác là hành vi vụ hình thức, nó che đậy sự bất nhất mà người ta không muốn giải quyết. Người ta sử dụng hình thức này khi có tương phản giữa việc người ta phải làm và việc người ta đang làm. Quả thế, nhờ nghi thức mà người ta vẫn có thể hướng tới lý tưởng mà không phải thay đổi: Đó là một nghi thức thiếu cảm xúc. Ví dụ: Một người chồng gặp khủng hoảng trong đời sống hôn nhân mà không bao giờ dám đối diện với vấn đề. Tuy nhiên, ông vẫn không quên tặng quà cho vợ khi đến sinh nhật của bà, ông ta tự dối là mình đã chu toàn bổn phận. Nghi thức càng khoa trương thì càng làm cho ông dễ

chạy trốn khi có cơ hội. Cách thứ ba để tránh né sự đương đầu mà vẫn giữ mọi sự được ổn định như trước, đó là nại đến những đòi hỏi của định chế. Sự mâu thuẫn nội tâm thể hiện một cách khác trên bình diện xã hội. Đúng hơn, đó là giải pháp mà xã hội đòi buộc, một điều gì đó do xã hội quy định mà chúng ta phải thích ứng, ngay cả khi trái với ý muốn của chúng ta. Hoàn cảnh đòi buộc chúng ta phải làm như thế, nếu không thì sẽ bị xa lánh. "Tôi không nhất trí với việc đó, nhưng thời đại hôm nay là như thế," "Mỗi xã hội đều có những quy luật riêng." Người ta thường tách bạch một hành vi thiết chế hóa với nhân cách của mình, vì thế người khỏi phải đương đầu với sự bất nhất trong nhân cách mình. Cuối cùng, mọi sự được củng cố nhờ "dấu ấn của tính phổ quát": "Hình như mọi người đều làm như thế," "Đó là quan điểm phổ quát hiện nay," "Không ai có ý kiến khác về những việc này". Và vấn đề vẫn như cũ.

b. Đường Đầu Để Duy Trì Sự Bất Nhất

Đương đầu là một cách khác để duy trì sự mâu thuẫn mà không bị thiệt hại. Trong trường hợp này, hai yếu tố mâu thuẫn được đặt đối diện với nhau để làm dịu bớt sự tương phản giữa chúng. Vì thế, người ta xếp đặt các yếu tố đó trong một bối cảnh nhất định, để chúng ít mâu thuẫn với nhau. Người ta đưa ra những lý do mới, những bối cảnh khác và yếu tố mới, vì thế mà cơ cấu tổng thể trở nên phong phú hơn. Rốt cuộc, các yếu tố tích cực làm cho các yếu tố tiêu cực gây ra mâu thuẫn trở nên mờ nhạt. Sự bất nhất vẫn còn đó và người ta vẫn còn nhận ra nó, nhưng bối cảnh mới làm cho sự bất nhất có thể chấp nhận được. Người ta nêu bật các khía cạnh hữu ích, được đối trọng bởi các luận chứng và được đưa vào tầm nhìn rộng hơn. "Vấn đề không đơn giản như thế "Chúng ta cũng phải xét đến...", "Điều đó đúng, nhưng mặt khác...": Cuối cùng thì mọi sự vẫn như trước, có khác chăng là sự bất nhất nay khoác một ý nghĩa mới. Người ta tiếp tục sống trong sự mâu thuẫn và nhận biết ảnh hưởng tiêu cực của nó, nhưng ý nghĩa của mọi sự đã thay đổi.

2. Những Cách Thức Hạn Chế Sự Bất Nhất

Chủ thể không chỉ giải quyết sự bất nhất trên cấp bậc xảy ra căng thẳng, nhưng trên cấp bậc gây ra căng thẳng, bằng cách loại trừ hay thay đổi những yếu tố không tương thích, cho đến khi không còn mâu thuẫn. Chúng ta có hai cách:

a. Tránh Né Để Hạn Chế

Chủ thể giải thích những yếu tố mâu thuẫn một cách nào đó để không còn tỏ ra mâu thuẫn nữa. Cách đầu tiên và sơ đẳng nhất là phủ nhận một trong hai yếu tố hay phủ nhận sự mâu thuẫn giữa hai yếu tố đó. "ở đây chẳng có vấn đề gì," "Tôi thấy đâu có gì mâu thuẫn." Thông thường, sự phủ nhận đó được củng cố nhờ nhận thức tri giác có chọn lọc: Người ta

chỉ nắm lấy những yếu tố mà người ta thấy là không có vấn đề.

Một cách tránh né khác: Chủ thể làm cho người khác tin là hành động của mình thì khác với cách mình hành động: Trước khi hành động tôi có ý khác cơ; lẽ ra hành động của tôi phải đưa đến một kết quả khác; đó là điều tôi không muốn... Người ta phát biểu một cách nào đó để cho thấy họ chẳng có vấn đề gì.

b. Đương Đầu Để Hạn Chế Sự Bất Nhất

Cuối cùng thì đây là giải pháp tích cực. Chủ thể giải quyết mọi phạm vi liên quan đến sự bất nhất. Cho dù các yếu tố không tương thích với nhau, nhưng họ cố gắng làm cho chúng hài hòa với nhau. Nếu không thể giải quyết sự mâu thuẫn được, ít nữa họ cố gắng kiểm soát sự mâu thuẫn đó và không để mình bị ảnh hưởng vì sự mâu thuẫn đó.

Khi chủ thể nỗ lực giải quyết sự bất nhất của mình, nỗ lực đó mang lại những kết quả nhất định cho toàn thể nhân cách. Họ không chỉ thành công trong việc khắc phục sự bất nhất của mình, mà còn thành công trong việc tổ chức lại nhân cách mình trên một cấp bậc cao hơn. Khi họ cải thiện một phần quan trọng của cái tôi, thì toàn thể cái tôi cũng trở nên tốt hơn.

Trước hết, việc thay đổi liên quan đến hành động: Nếu chúng ta vi phạm các giá trị, chúng ta sẽ cố gắng không tái phạm như thế nữa; chúng ta thay đổi các hành động cụ thể; không chỉ thay đổi hiện tại, mà còn xây đắp tương lai. Thứ đến, chúng ta chỉ có thể thay đổi hành động, khi chúng ta thay đổi thái độ, nghĩa là thay đổi tình cảm mà chúng ta dành cho đối tượng của sự bất nhất. Chúng ta thay đổi cảm nhận đối với đối tượng đó, thay đổi tầm quan trọng mà mình gán cho nó, thay đổi sự lệ thuộc vào nó và thay đổi cách chúng ta đánh giá nó. Nếu người chồng muốn khắc phục việc phản bội, ông phải thay đổi xu hướng của mình trong tương quan với phụ nữ. Sau hết, sự thay đổi phải liên quan đến các giá trị, nghĩa là chúng ta phải xây dựng lại các giá trị với một xác tín vững chắc hơn. Tóm lại, chúng ta cũng có thể loại trừ sự bất nhất bằng cách tác động trên môi trường. Chẳng hạn, khi chúng ta khẳng định lại ý nghĩa của việc chúng ta hiện diện giữa dân chúng, chúng ta có thể tạo ảnh hưởng đối với những người có ý kiến khác với chúng ta, hay chúng ta có thể thay đổi những khía cạnh không tương thích với khát vọng của chúng ta. Như vậy, đó là một sự đương đầu toàn diện trên bình diện hành động, cảm xúc, suy nghĩ và tương quan xã hội. Qua việc đương đầu này, chúng ta đón nhận sự bất nhất như một thách đố và chủ động điều chỉnh nhằm tăng cường khả năng đạt tới mục đích. Những sự điều chỉnh này sẽ giúp hạn chế sự bất nhất. Sự bất nhất là dấu hiệu cho thấy cái tôi còn có những khiếm khuyết.

Bảng VIII. Những hình thức đối phó với sự Bất Nhất

A#B -> căng thẳng	Phương tiện			
	Tránh né	Đương đầu		
	Mục đích	Duy trì	- chia thành ngắn – luân phiên - Duy hình thức - Nại đến những yêu cầu của cơ chế	Thay đổi bối cảnh quy chiếu - Đưa vào những yếu tố thuận lợi - Đối tượng
		Hạn chế	- Phủ nhận - Nhận thức có chọn lọc - Hợp lý hóa	- Điều chỉnh hành động - Thay đổi thái độ - Tái lập các giá trị - Gây ảnh hưởng lên môi trường
	-> Các cấp bậc hành động			

G. VÔ THỨC VÀ BIỂU TƯỢNG

Để đơn giản hóa phân đoạn quan trọng và phức tạp này, chúng ta hãy bắt đầu với 3 ví dụ sau đây:

1) Thứ nhất là ví dụ điển hình do Freud thuật lại. Một thiếu niên 14 tuổi thường cảm thấy kích dục khi nhìn thấy ngọn núi Jungfrau, đến nỗi cậu ta không thể cưỡng lại việc thủ

dâm. Sự kiện đó muốn nói lên điều gì? Về mặt lý tính thì chẳng có ý nghĩa gì cả (đây là trường hợp bái vật giáo). Khách quan mà nói thì giữa sự thúc bách tình dục và ngọn núi Thụy Sĩ chẳng có mối liên hệ nào cả. Thông thường, một ngọn núi không đưa đến những hậu quả như thế. Tuy nhiên, trên bình diện cấu trúc tinh thần thì có một quan hệ giữa cảm giác yêu thích và hình ảnh ngọn núi (dù không thích đáng). Trong vô thức của cậu, ngọn núi kia biểu thị một cái gì khác: Theo Freud, hình ảnh ngọn núi tạo ra trong cậu ý tưởng hãm hiếp, một ý tưởng đã từng xâm chiếm tâm trí cậu trong những năm trước, và sau đó đã bị cậu ức chế vì xấu hổ.

2) Một ví dụ khác mà chúng ta thường gặp hơn: Một người cống hiến tất cả năng lực cho một sự nghiệp mà mà ta tin chắc là sẽ thất bại. Trong những lúc bình thản, chủ thể cũng nhận thấy như vậy. Tuy nhiên, bất chấp nhận thức đó, anh ta vẫn đầu tư thời giờ, năng lực và tiền bạc cho hoạt động đó. "Tôi phải thành công", "chúng ta phải thành công bằng bất cứ giá nào", "Không sao, tôi sẽ đi trước." Hoạt động tự nó không quan trọng (trên thực tế là một thất bại), nhưng điều quan trọng chính là biểu tượng của hoạt động đó: ấy là uy tín, tham vọng, thách thức (nó trở thành vấn đề cá nhân), hay cũng có thể là chứng tá, gương sáng cho người khác (đó là vấn đề giá trị). Hoạt động được nâng lên thành biểu tượng: Chủ thể gán cho nó một ý nghĩa và tầm quan trọng mà nó không có.

3) Một ví dụ khác còn đơn giản hơn: Có những người gán cho sự vật một tầm quan trọng mà chúng không đáng. Một người hy sinh cuộc đời cho công việc bác ái nhân danh các giá trị Tin Mừng, nhưng anh ta phục vụ với một thái độ hung hăng không phù hợp với các giá trị Tin Mừng: Anh ta áp đặt, ranh mãnh thúc ép người khác phải trả lời, không chấp nhận sự phê bình hay can thiệp của người khác, và xem hoạt động đó là sáng kiến "của tôi." Khi hành động như thế, anh ta gán cho việc phục vụ một ý nghĩa chủ quan: ở đây, vấn đề không phải là giá trị, mà là một điều gì đó riêng tư hơn. Ý nghĩa của việc phục vụ không bắt nguồn từ các giá trị, mà từ những nhu cầu khác trong nhân cách của anh ta. Đó là ý nghĩa mà anh gán cho việc phục vụ cách vô thức. Giả như có ai nói cho anh ta biết điều đó, ngay cả khi ý kiến đó chỉ là một giả thuyết, anh ta sẽ nổi cáu. Chúng ta gán cho mọi hành động một ý nghĩa, vì thế hành động đó trở nên quan trọng.

Nếu chúng ta phân tích những ví dụ trên đây, chúng ta sẽ nhận thấy 3 yếu tố chung:

- Hành động cụ thể;
- Cảm xúc: đó là năng lực tinh thần được đầu tư vào hành động;
- Ý niệm hay biểu thị. Đó là hình ảnh về hành động mà chủ thể vẽ ra trong tâm trí mình: Họ thực hiện việc đó như thế nào? Việc đó có ý nghĩa gì đối với họ?

Chúng ta có thể dựa trên 3 yếu tố đó để tìm hiểu ý nghĩa của mỗi hành động: Chủ thể làm gì? Họ quan tâm đến việc đó như thế nào? Việc đó có ý nghĩa gì đối với họ?

Trong những yếu tố trên, yếu tố thứ ba quan trọng hơn cả: Đó là nắm bắt ý nghĩa của hành động. Có một ý nghĩa khách quan (thuộc bản chất của hành động) và một ý nghĩa chủ quan (mà chủ thể gán cho hành động đó) ý nghĩa chủ quan không chỉ phát sinh từ cấp bậc ý thức (ý nghĩa mà tôi gán cho việc thủ dâm, việc lao động, và việc phục vụ tha nhân), nhưng còn bắt nguồn từ cấp bậc vô thức. Hành động có thể mang một ý nghĩa vô thức không tương ứng với ý nghĩa chủ quan và ý nghĩa khách quan. Chẳng hạn, về phương diện khách quan thì việc phục vụ tha nhân nhắm đến hạnh phúc của người khác (ý nghĩa khách quan), và chủ thể cũng muốn như thế (ý nghĩa chủ quan có ý thức), nhưng họ sử dụng việc phục vụ như phương tiện để khẳng định mình (ý nghĩa chủ quan vô thức).

1. Khái niệm biểu tượng

Các học thuyết tâm lý không thể thống nhất về khái niệm biểu tượng, nên chúng ta rất khó giải thích khái niệm này; sự bất đồng giữa Freud và Jung đủ cho thấy điều đó. Theo nghĩa hiện nay, biểu tượng là một sự vật tượng trưng cho một sự vật khác, một hình ảnh tượng trưng cho một hình ảnh khác, một ý niệm tượng trưng cho một ý niệm khác. Biểu tượng mặt trên có thể tượng trưng cho Thiên Chúa, sự sống, hay sự hạn hán... Con rắn có thể tượng trưng cho sự ác, bộ phận sinh dục nam, hay y khoa.

Vì biểu tượng "đại diện" cho một cái gì khác cho nên biểu tượng mà chủ thể ý thức cũng có thể tượng trưng cho các nội dung vô thức: Biểu tượng diễn tả hoạt động của vô thức bằng hình ảnh. Chẳng hạn kẻ sợ đồng tính luyến ái thì hoảng sợ trước cái gọi là đồng tính-giả, cho dù họ không thấy có dấu hiệu gì chứng tỏ mình đồng tính hay có khuynh hướng đồng tính. Dầu vậy, họ đổ lỗi cho một vài biểu thị mang nội dung đồng tính luyến ái và họ khiếp sợ vì những biểu thị đó. Ở đây, chúng ta không đề cập đến tính dục lệch lạc, nhưng nói đến những vấn đề hoàn toàn khác, tức là vô thức (thường nối kết với lòng tự trọng): Vấn đề của họ là nghi ngờ giá trị của mình; sự nghi ngờ đó biểu thị qua các hình ảnh biểu tượng về đồng tính luyến ái. Các yếu tố vô thức biến thành biểu tượng tính dục. Tuy nhiên, họ không trực tiếp biến các yếu tố vô thức thành biểu tượng tính dục và cũng không nhận ra điều đó. Họ không thể xác định mối tương quan giữa những biểu thị mà họ ý thức và nội dung vô thức của biểu tượng mà họ không biết.

2. Những Biểu Tượng Cá Nhân

Trong biểu tượng có một mối quan hệ giữa điều được diễn tả bằng biểu tượng (nội dung và ý nghĩa vô thức) và chính sự biểu thị (biểu tượng hay vật thể tượng trưng). Tùy sự

liên kết giữa hai yếu tố đó mà chúng ta có thể phân biệt:

- * Biểu tượng quy ước: Mỗi quan hệ giữa biểu tượng và ý nghĩa được ấn định cách cố định và bền vững bởi một nhóm người đã quy ước với nhau. Đó là việc quy ước một ngôn ngữ chung giữa các nhóm ngôn ngữ khác nhau hay các biển chỉ đường.

- * Biểu tượng phổ quát: Mỗi liên hệ giữa hai yếu tố bắt nguồn từ kinh nghiệm phổ quát của nhân loại. Chẳng hạn mọi dân tộc đều xem ngọn lửa là biểu tượng của năng lực, quyền lực, sự thanh luyện và tính chuyển động.

- * Biểu tượng cá nhân. Mỗi liên hệ giữa ý nghĩa và biểu tượng thì ngẫu nhiên và thuộc phạm vi cá nhân. Một việc đạo đức mà tôi không thích trở thành biểu tượng của tình trạng cảm xúc khó chịu tiềm ẩn, nhưng người khác có thể xem việc đạo đức đó là biểu tượng của sự dễ chịu, hay chẳng có giá trị biểu tượng gì cả.

Điều chúng ta quan tâm là những biểu tượng cá nhân, qua đó mỗi người gán cho thực tại một ý nghĩa riêng. Nên lưu ý là sự nối kết giữa ý nghĩa và biểu tượng không do sự tương đồng khách quan, nhưng do sự tương đồng cảm xúc của một hình ảnh. Đó là sự khác biệt giữa khái niệm và biểu tượng. Khái niệm biểu thị sự đồng nhất về bản chất, áp dụng cho mọi thực tại khác nhau, và có một sự tương đồng khách quan: Khái niệm "cây" áp dụng cho mọi loại cây, dù thuộc những chủng loại khác nhau, nhưng liên kết với nhau vì có cùng một bản chất. Tuy nhiên khái niệm "cây" không thể áp dụng cho các động vật, bởi vì chúng liên kết với nhau trong một khái niệm khác. Trái lại, biểu tượng cá nhân có thể áp dụng cho nhiều thực tại khác nhau mà không nhất thiết phải có một sự tương đồng khách quan. Trong biểu tượng mối quan hệ đặt nền tảng trên sự tương đồng cảm xúc. Do đó, biểu tượng thì có nhiều giá trị và linh hoạt; biểu tượng có thể mang nhiều ý nghĩa khác nhau; nó không tuân theo các quy luật luận lý, nhưng theo quy luật cảm xúc và tưởng tượng. Vì lẽ đó, trong biểu tượng có một sự trùng hợp ngẫu nhiên giữa các ý nghĩa tương phản, như yêu thương / căm ghét, tự hiến / ích kỷ, can đảm / hèn nhát. Khác với khái niệm vốn đồng nhất với chính nó, biểu tượng thì linh động và không đồng nhất với nó. Điều đó muốn nói biểu tượng có thể được diễn giải theo nhiều hướng khác nhau.

Biểu tượng và ý nghĩa có thể nối kết với nhau không thích hợp và do các nhân tố vô thức. Vì thế, ý nghĩa mà chủ thể gán cho một hành động không tương ứng với ý nghĩa khách quan của hành động đó. Ảnh hưởng của vô thức càng lớn, ý nghĩa mà chủ thể gán cho hành động đó càng không thích hợp. Chủ thể càng có nhiều vấn đề chưa giải quyết, thì càng có nhiều nguy cơ là họ sẽ gán cho hành động của mình một ý nghĩa biểu tượng không thích hợp, thậm chí theo đuổi những mục tiêu khác xa và mâu thuẫn đối với hành động của

mình. Điều quan trọng là họ đã giải quyết, ít nữa là nhìn nhận các vấn đề nan giải của mình; nếu không hành động của họ có nguy cơ thiếu thực tế và họ gán cho việc làm của mình những ý nghĩa không thích hợp. Đọc lại những ví dụ ở trên, chúng ta thấy ai chưa giải quyết xong các vấn đề liên quan đến lòng tự trọng, thì thường xem các hoạt động như là "việc riêng" và tỏ ra ích kỷ, ghen tị hay kình địch khi hoạt động. Như thế, các hoạt động của họ không biểu thị các giá trị, nhưng biểu thị một điều gì khác.

Với thời gian, ý nghĩa mà vô thức gán ghép cho hành động có thể gây ra những hậu quả mà chủ thể không muốn. Chẳng hạn, khi tính dục được sử dụng như biểu tượng vô thức của tính gây hấn, thì mối quan hệ tình cảm mà chủ thể muốn cứu vãn qua hoạt động tính dục có thể bị huỷ hoại. Nếu chủ thể hoạt động nhằm tìm kiếm sự thỏa mãn không chính đáng, sớm hay muộn họ cũng cảm thấy cay đắng và vỡ mộng. Rốt cuộc, họ sẽ loại bỏ công việc mà trước đây mình rất yêu thích.

Sau cùng, chúng ta có thể phác họa một vài nguyên tắc hoạt động:

- Mọi hành vi của con người đều có thể được dùng làm biểu tượng.
- Mọi hoạt động có thể bị thúc đẩy vì những ý nghĩa mà chủ thể không biết.

- Ý nghĩa chủ quan đôi khi bắt nguồn từ ảnh hưởng của các yếu tố vô thức mà chủ thể chưa giải quyết. Ý nghĩa đó có thể làm cho hành động mang thêm một ý nghĩa khác, thậm chí mâu thuẫn với ý nghĩa khách quan (của chính hành động), hay ý nghĩa mà chủ thể gán cho hành động cách ý thức.

- Dừng lại ở ý nghĩa khách quan của hành động hay ý nghĩa thường được gán cho hành động thì chưa đủ. Cần phải tìm hiểu ý nghĩa chủ quan mà chủ thể gán cho hành động cách ý thức và vô thức. Làm như thế là để cho ba khía cạnh khách quan, chủ quan có ý thức và chủ quan vô thức không mâu thuẫn và xung khắc với nhau, nhưng có thể hòa nhập với nhau. Bên cạnh ý nghĩa khách quan của hành động, chúng ta có thể gán thêm những ý nghĩa khác, miễn là những ý nghĩa đó không mâu thuẫn với ý nghĩa cơ bản, nhưng làm ý nghĩa cơ bản trở nên phong lưu và sáng tỏ hơn.

- Không được diễn giải biểu tượng với thành kiến tiêu cực, nhưng xem biểu tượng là yếu tố hỗ trợ cho việc phát triển: Hiểu ý nghĩa vô thức là nhận biết nguồn năng lực của vô thức. Cũng thế, qua biểu tượng vô thức, chúng ta có thể giúp người khác biện phân định hướng của nhân cách trong tương lai một cách rõ ràng hơn.

- Biểu tượng có khả năng gán cho hành vi của chủ thể một ý nghĩa rất riêng tư vượt ngoài ý nghĩa cảm xúc (dựa trên sự diễn giải theo bản năng và tức thời) và ý nghĩa lý tính

(dựa trên việc nhận thức thực tại cách khách quan, nhưng chủ thể không có mối liên hệ độc đáo và đặc biệt nào). Trung thành với mục tiêu và hòa nhập mục tiêu đó với việc diễn giải chủ quan cách hài hòa, đó là những đặc tính của hoạt động biểu tượng được thực hiện cách chín chắn.

Khi chúng ta sử dụng biểu tượng cách chín chắn, chúng ta có thể làm cho mọi hoàn cảnh sống khác nhau có ý nghĩa, nhất là những hoàn cảnh khó khăn (đau khổ bị khước từ, thất bại...) bằng cách vượt trên cái lô-gic thuần túy của cảm tính hay lý tính, và những hoàn cảnh có vẻ trung dung hay vô nghĩa. Ngoài ra, biểu tượng làm cho khả năng sáng tạo trở nên phong phú hơn. Khả năng sáng tạo không phải là kết quả của chỉ số thông minh IQ, nhưng là kết quả của những hình ảnh sáng tạo được diễn tả cách độc đáo và mới mẻ; và cũng là kết quả của tự do nội tâm không bị chi phối bởi sự tất định bản năng hay hệ thống diễn giải quá cứng nhắc và đơn điệu. Cuối cùng, biểu tượng cho chúng ta khả năng đào sâu những xác tín và các lý tưởng đích thật của mình, ngõ hầu chúng dễ hiểu hơn, hấp dẫn hơn, và dễ áp dụng cách rộng rãi hơn.

H. BIỂU TƯỢNG VÀ TÍNH DỤC

Tính dục là một trong những phạm vi liên quan trực tiếp đến ngôn ngữ biểu tượng, vì tính chất phổ quát và linh động của nó. Tính dục có thể đáp ứng nhiều nhu cầu (tính phổ quát), và có thể bị kích thích bởi nhiều động cơ không liên hệ hay ít liên hệ trực tiếp đến tính dục (tính linh động). Thật thế, chúng ta không nên xem tính dục chỉ là một bản năng sinh học. Tính dục là một nhu cầu tâm lý hướng đến tương quan xã hội: Nó là nguồn mạch của những tương quan cảm xúc với người khác. Do đó, tính dục có liên quan với những nhu cầu tâm lý khác: Nhu cầu giúp đỡ tha nhân, lệ thuộc cảm xúc, thống trị.v.v... Vì thuộc phạm vi tương quan, tính dục có thể liên kết với các nhu cầu đó. Bởi thế, có thể xảy ra hai trường hợp:

- Các xung đột trong phạm vi tính dục có thể biểu hiện qua hành vi không liên hệ đến tính dục. Ví dụ: Những vấn đề tính dục trong vô thức có thể ẩn nấp dưới sự thao túng, lôi kéo và phô trương trong tương quan liên vị. Đối với việc say mê hoạt động hay nghiên cứu các đề tài văn hóa nhất định: Chúng ta không chắc là những hoạt động đó phát sinh từ lòng khao khát sự thiện và sự thật hay không, hay phát xuất từ những vấn đề tính dục mà chủ thể không biết.

- Hành vi tính dục có thể bắt nguồn từ những động cơ không mang tính chất tính dục. Người ta có thể sử dụng tính dục để thỏa mãn nhu cầu lệ thuộc hay gây hấn, bù đắp cho căn tính kém cỏi, kích thích nhu cầu thống trị, v.v... Trong những trường hợp đó, tính dục

biểu thị một điều gì khác, ví như hộp âm thanh dội lại những vấn đề phát xuất từ một nơi khác. Bên dưới hành vi tính dục, chúng ta phải tìm hiểu những lãnh vực khác của nhân cách để tìm ra gốc rễ của hành vi đó.

Tính dục có thể tích cực hay tiêu cực: Tính dục có thể thúc đẩy hay cản trở chúng ta phát triển nhân cách. Điều đó tùy thuộc ý nghĩa mà chủ thể gán cho hành vi tính dục. Tương quan giữa căn tính và quan hệ tính dục là một ví dụ kinh điển: Khi chủ thể (nhất là trong giai đoạn phát triển) gặp vấn đề liên quan đến căn tính tâm lý (bất an, cô đơn, nổi loạn...), họ có thể xem quan hệ tính dục như phương tiện để tự khẳng định. Khi họ hành động như thế, vấn đề căn tính của họ vẫn không được giải quyết: Bởi vì nghi ngờ căn tính thuộc phạm vi vô thức, và họ gán cho hành vi tính dục một chức năng mà nó không có. Vấn đề vẫn tồn tại, thậm chí thúc bách họ phải lặp đi lặp lại, mà về lâu về dài có thể gây nguy hại cho tương quan của họ với người khác. Mặc dầu họ biết rằng tính dục là phương tiện diễn tả tình yêu đối với người khác, nhưng trong vô thức, họ sử dụng tính dục như một lối thoát hay một phương tiện tự vệ. Hai người cùng sử dụng ngôn ngữ tính dục, nhưng mỗi người có thể gán cho nó những ý nghĩa khác nhau. Trong trường hợp đó, ngôn ngữ tính dục không đưa họ đến gần nhau để xây dựng sự hiệp thông, nhưng lại khiến họ chua cay và oán giận.

Một ví dụ kinh điển khác liên quan đến tương quan giữa căn tính và đời sống tính dục. Chúng ta hãy nhớ lại câu chuyện về anh thanh niên có vấn đề liên quan đến lòng tự trọng: Anh ta tìm thấy lối thoát qua việc thủ dâm, anh lặp đi lặp lại hành động thủ dâm một cách ít nhiều máy móc mà anh không ý thức và không thể giải quyết được gốc rễ của vấn đề. Đến một mức nào đó thì anh ta sẽ gặp "rắc rối" trong tương lai: Đó là sự bất lực (dương vật không cương). Sự bất lực càng làm cho anh ta cảm thấy tiêu cực và thúc bách anh ta thủ dâm để xoa dịu cảm giác tiêu cực đó. Ngoài việc sử dụng tính dục lệch lạc (tính dục không còn là dấu chỉ của tương quan, nhưng là phương tiện bù trừ), ở đây còn có một sự lệch lạc khác, gần như bệnh lý: Đó là bóp méo chức năng của hành vi tính dục. Nói cách khác, khi người ta gán cho hành vi tính dục một ý nghĩa mâu thuẫn với bản chất của nó, người ta ắt sẽ không thể đạt tới mục đích của hành vi đó, nhưng biến hành vi đó thành một biểu tượng dị thường của vấn đề đã tạo ra nó.

1. Những Ý Nghĩa Biểu Tượng

Để hiểu ý nghĩa biểu tượng của tính dục, chúng ta cần tự hỏi tính dục có ý nghĩa gì trong tâm linh học. Thật quá nông cạn khi chúng ta vội vàng kết luận rằng mọi hành vi thủ dâm chỉ là dấu hiệu của ý chí nhu nhược và thỏa mãn tính dục. Trong rất nhiều trường hợp, thủ dâm tượng trưng cho những ý nghĩa rất ít liên quan đến tình dục. Với người này, thủ

dâm là một thái độ bù trừ cho sự ruồng rẫy mà họ đã chịu trước đây và nhu cầu tự lập (Tôi chẳng cần ai hết, tôi tự lập). Với người khác, thủ dâm là biểu hiện của tính ái kỷ (Tôi không chịu thua ai cả). Đối với người khác nữa, thủ dâm có thể là dấu hiệu của việc đi tìm căn tính, bởi vì căn tính của họ trở nên bấp bênh sau một vài thất bại (tôi có khả năng...). Đối với người khác, thủ dâm có thể là phương thế biểu lộ tức giận. Do đó, chúng ta cần lưu ý đến vấn đề ẩn núp đằng sau thái độ. Chúng ta có thể nhận ra vấn đề khi xem xét những tình huống dẫn tới việc thủ dâm, hay qua những hình ảnh tưởng tượng kèm theo việc thủ dâm.

M.A. Friederich kể ra chín ý nghĩa khác nhau của việc quan hệ tính dục. Chúng biểu lộ các nhu cầu và tình cảm liên quan đến tính dục. Theo ông, người ta có thể quan hệ tính dục:

- Như một phương tiện giải tỏa sự xao xuyến và căng thẳng: Sự khoái cảm và thư giãn thể lý làm cho chủ thể tạm khuây khỏa.

- Để có thai và có con: Đây là ý nghĩa tích cực, nếu hai bên muốn biểu lộ và gia tăng sự hòa hợp. Tuy nhiên, người ta có thể mang thai để thỏa mãn các nhu cầu bất nhất (để có một ai đó hoàn toàn thuộc về mình) hay để chi phối người khác (ép buộc đối tác phải quyết định).

- Để kiểm chứng căn tính của mình: Qua sinh hoạt tính dục, người ta muốn xác nhận mình là đàn ông hay phụ nữ. Bởi đó mà có huyền thoại về sự cực khoái kéo dài nơi người phụ nữ và huyền thoại về tần suất giao hợp nơi người đàn ông.

- Để tránh cảm giác thua kém người khác: Thách nhau chinh phục một người nào đó, hay thách nhau chiếm đoạt một cô nào đó, buộc mình phải quyến rũ cô nàng... Tất cả những điều đó đem lại cảm giác là mình có khả năng và được thương mến.

- Để chống lại cảm nghĩ đồng tính luyến ái: Chủ thể sợ bị xem là khác thường vì chưa quan hệ tính dục như những người khác và thắc mắc về tình trạng bình thường của mình. Những cảm nghĩ đó kích thích chủ thể quan hệ tính dục để loại trừ lo sợ.

- Để tránh tình trạng cô đơn và đau khổ: Chủ thể sử dụng tính dục như một biện pháp chống lại buồn bã, một phương tiện để được âu yếm mà không phải thi hành nhiệm vụ khó khăn và lâu dài trong việc xây dựng những ràng buộc cảm xúc.

- Để chứng tỏ mình có quyền trên người khác: Khi chinh phục được người khác, chủ thể cảm thấy hãnh diện, hùng mạnh và có quyền lực. Chủ thể sử dụng "sự hấp dẫn tính dục" để chống lại thực tế là mình càng ngày càng già.

- Để biểu lộ tức giận và ước muốn tiêu diệt người khác: Trong vô thức, bà vợ muốn trừng phạt ông chồng đã hành hạ mình, nên bà làm cho ông trở nên bất lực. Ông chồng

phản bội vợ vì bà đã thống trị ông. Ông muốn tỏ cho bà thấy bà chẳng có quyền gì đối với ông. Phía bà vợ, bà có thể phản bội chồng vì tức giận (ở đây cũng có thể đưa đến ngôn ngữ bạo hành).

- Như một phương tiện để thỏa mãn tình yêu ấu trĩ: Qua hoạt động tính dục, chủ thể có cơ hội được vuốt ve, bảo vệ và đi vào một thế giới ngất ngây, trong đó người ta cảm thấy sự êm ả của sự vô tư ấu trĩ.

Chúng ta nên nhớ rằng tác giả đang nói đến những người "bình thường," chứ không muốn nói đến những người truy lạc. Tác giả cũng bình luận: "Xét một cách chung, những động cơ thúc đẩy không hoàn toàn rõ ràng như vậy, nhưng hòa lẫn với nhau. Người ta có thể quan hệ tính dục để biểu lộ bất cứ loại xung đột, nhu cầu hay lợi ích riêng tư nào, ngoại trừ mối quan hệ tình cảm và hạnh phúc giữa hai người."

Một học giả khác khẳng định: "Ngày nay các kỹ thuật trong hoạt động tính dục được phổ biến quá rộng rãi. Những kỹ thuật đó có mục đích giúp những người phối ngẫu biết thích ứng với nhau khi hoạt động tính dục, mà vẫn có thể tránh né mối tương quan cơ bản của tình yêu chân thật (cho và nhận). Họ thỏa mãn nhu cầu tính dục của người khác như một thứ ân xá. Họ nhượng bộ với nhau để khỏi phải xây dựng một tình yêu trưởng thành và hạnh phúc, mà những người phối ngẫu phải cần phải dấn thân trong sự chân thành và trao ban hổ tương."

Những công trình nghiên cứu của Robert Stoller cũng đi theo chiều hướng đó. Sau 15 năm nghiên cứu về tính dục học, ông đi đến kết luận là giữa tính dục và sự gây hấn có một mối liên hệ vô thức. Sự thù địch, công khai hay dấu kín, có thể là nguyên nhân tạo nên sự hưng phấn tính dục. Ông giải thích sự thù địch là biểu tượng của nỗ lực loại bỏ các chấn thương và thất vọng thời thơ ấu; nếu các chấn thương và thất vọng đó tồn tại, sự phát triển nam tính hay nữ tính có thể bị đe dọa (cản tính giới tính). Tác nhân kích thích sự thù địch là sự bí ẩn, lừa dối, ảo tưởng, trả thù, ước muốn biến các chấn thương và thất vọng thành chiến thắng và tàn ác. Khi ấy người đối tác chỉ là biểu tượng của những kẻ đã nhục mạ chúng ta bằng nhiều cách trong quá khứ. Theo ông Stoller, năng động đó diễn tiến như sau: Trong quá trình phát triển từ thời thơ ấu đến hôm nay, mỗi người chúng ta đã chịu những thất vọng, ảo tưởng và bị người khác "tấn công." Vì thế, chúng ta buộc phải phát triển chậm chậm, thậm chí phải ngừng phát triển hoàn toàn. Những thiệt thòi đó làm nảy sinh sự trả thù trong vô thức: Có gì tốt hơn là bắt những người khác phải chịu những tổn thương mà chúng ta đã chịu? Như thế, những thất vọng và chấn thương biến thành chiến thắng. Tính dục được sử dụng như một phương tiện để trả thù một cách hiển hách, trong đó chủ thể không

nhìn thấy người đối tác như chính họ, mà như một khái niệm trừu tượng, một biểu tượng của những người đã nhục mạ chúng ta trong quá khứ. Quan hệ tính dục được xem như một bãi chiến trường, trong đó kẻ chiến thắng là người giải thoát mình khỏi các nỗi xỉ nhục trong quá khứ. Stoller nói thêm: "Tôi không có ý nói tình yêu, tình cảm, sự quan tâm và những đức tính khác thì không thể tham gia vào sự hưng phấn tính dục. Nếu ai nghĩ như thế thì không hiểu ý của tôi. Những đức tính đó chắc hẳn có tham gia vào sự hưng phấn tính dục, nhưng tôi nghĩ rằng chỉ một ít người quý trọng những đức tính đó. Đối với nhiều người, những đặc điểm của tình cảm là mối đe dọa đối với sự khoái cảm, bởi họ sợ rằng các đặc điểm ấy sẽ làm suy giảm sự phấn khích và khoái cảm, chứ không làm gia tăng... Lý thuyết của tôi chỉ là một minh họa về điều mà người xưa đã nói: Loài người không phải là một chủng loại thực sự dễ thương, nhất là khi làm tình."

H. Hendin có một đóng góp đáng giá khác mà những công trình nghiên cứu của C. Socarides cũng đã xác nhận. Căn cứ trên kết quả mà ông nghiên cứu được về sinh viên đại học Columbia, New York, ông cho rằng giữa hai giới hiện nay đang có một cuộc chiến tình dục. Theo ông, lý do sâu xa là con người hiện nay sống trong bầu khí sợ hãi: Người ta không có khả năng hiến thân; tránh né sự thân mật, vì sự thân mật có nguy cơ làm cho người ta bị phân rã; người ta tránh né đau khổ và tình yêu như một điều xa lạ. Tuy nhiên, cuộc sống cần có sự hưng phấn để khỏi trở nên buồn tẻ. Ngoài việc bị mê hoặc, người ta tìm đến tính dục nhất thời để thỏa mãn nhục cảm mà chẳng phải trao ban điều gì cho đối tác. Vì thế, người ta tức giận và khéo léo che dấu sự tức giận đó, nhưng nó vẫn làm cho cả đôi bên nhòem tởm. Cứ như thế mà hai giới lôi cuốn lẫn nhau để thỏa mãn nhục cảm, rồi sau đó lại xua đuổi nhau, bởi vì họ đang sống trong sự nghi ngờ lẫn nhau.

Cuối cùng, những công trình nghiên cứu tính dục học còn cho thấy trong thời gian gần đây đã xuất hiện một hiện tượng phổ biến tại các quốc gia Anglo-saxon và ngay cả tại Italia: Đó là hiện tượng suy giảm ham muốn tính dục. Trong quá khứ, người ta nói: "Tôi muốn, nhưng tôi không thể," còn bây giờ thì nói: "Tôi có thể, nhưng tôi không còn thêm muốn nữa." Trong những năm gần đây, người ta tôn vinh sự khiết tịnh không phải vì mục đích khổ chế, nhưng vì mục đích ích kỷ. Đó là hậu quả của việc lạm dụng ý nghĩa tính dục.

Qua dữ liệu của những công trình nghiên cứu tính dục học, chúng ta cần ghi nhận điều quan trọng sau đây: Tuy các nhà tâm lý học và tính dục học chỉ nghiên cứu những sự kiện mà họ quan sát được, và không hề quan tâm đến luân lý-tôn giáo, họ đã đưa ra những kết luận giống nhau về sự hàm hồ của tính dục: Tính dục có thể biểu lộ tình yêu và sự hiến dâng, nhưng không đương nhiên là như thế.

2. Tính Dục và Cuộc Sống

Bất cứ đặc điểm nào của nhân cách cũng có thể sử dụng hành vi tính dục như một lối thoát tự nhiên hay một phương tiện tự vệ. Chúng ta không thể lý giải hoạt động tính dục của một người mà không biết gì về họ, lỗi vì chính họ gán cho chức năng tính dục một ý nghĩa hoàn toàn riêng tư và độc đáo. Mỗi người có một cách diễn tả thực tại bằng biểu tượng - kể cả tính dục - cách thức đó phát sinh từ quá khứ và hiện nay vẫn còn hiện diện trong ký ức tình cảm.

Một số biểu tượng không liên hệ hay ít liên hệ với ý nghĩa khách quan của hoạt động tính dục. Để hiểu biết đầy đủ về đời sống tính dục của chủ thể, chúng ta phải xem xét toàn thể nhân cách. Nếu chúng ta có tham vọng tìm hiểu tính dục một cách độc lập và không đặt nó trong một bối cảnh tổng quát hơn, tức là đời sống của người hoạt động tính dục (hay không hoạt động tính dục), chúng ta vẫn chưa thể hiểu đời sống tính dục của người đó. Phần đông chỉ biết tính dục "phải" như thế nào, chứ chưa biết người ta sống đời sống tính dục như thế nào. Chính mối quan hệ tính dục - cuộc sống mới giúp chúng ta biết được ý nghĩa mà chủ thể gán cho tính dục cách ý thức và vô thức. Để trình bày vấn đề cách chính xác, thì khi tư vấn, chúng tôi có trước mắt những định hướng sau đây:

a. Để có một biểu tượng tích cực của tính dục, chủ thể phải có khả năng "tương quan toàn diện với đối tượng." Cụm từ này ngụ ý chủ thể có:

- Một hình ảnh trung thực về mình,
- Một hình ảnh trung thực về người khác,

- Khả năng thiết lập và duy trì mối tương quan trưởng thành. Một đằng, những tương quan này không phải là những hành vi được lặp đi lặp lại cách máy móc, nhưng được gợi hứng từ những hoàn cảnh cụ thể và hòa hợp với những hoàn cảnh đó. Đằng khác, người ta có khả năng chịu đựng và hội nhập các phản ứng mâu thuẫn (vừa yêu vừa ghét) của mình đối với đối tượng và phản ứng của đối tượng đối với mình.

b. Kích hoạt những vùng nhạy cảm không phải là tác nhân đưa tới hòa hợp tính dục, nhưng là loại quan hệ khách quan. Những năng động tâm lý nội tâm và tương quan liên vị, hình thức tự vệ và mức độ trưởng thành là những yếu tố quyết định phẩm chất của đời sống tính dục, chứ không phải ngược lại. Những năng động đó được phản ánh trong hoạt động tính dục.

c. Tương quan tính dục không tạo nên căn tính, nhưng căn tính tạo nên tương quan tính dục. Do đó, thật sai lầm khi nghĩ rằng hoạt động tính dục sẽ làm cho cái tôi được nhất

quán: Trong trường hợp đó, trật tự đã bị đảo lộn và hoạt động tính dục dễ trở thành một biểu tượng lệch lạc. Mỗi tương quan tính dục - giao tiếp vận hành một cách tương tự: Hoạt động tính dục không tạo nên sự giao tiếp, mà chính giao tiếp tạo nên hoạt động tình dục. Khi hai vợ chồng không còn nói chuyện với nhau nữa, thì không thể hy vọng là họ sẽ giao tiếp lại với nhau nhờ quan hệ tính dục mà thôi.

d. Trước khi diễn tả tương quan bằng hành động tính dục, thì bên cạnh ước muốn cảm tính, còn cần phải xem xét mối tương quan đó dưới ánh sáng của ước muốn lý tính.

e. Khả năng sinh hoạt tính dục và đạt cực khoái không đồng nghĩa với khả năng yêu thương, và cũng không phải là dấu hiệu của sự phát triển tâm lý tính dục: Hòa hợp trong hoạt động tính dục không nói gì nhiều về sự trưởng thành hay tương giao của người ta. "Nếu hai vợ chồng hay một trong hai cảm thấy rất thỏa mãn trong hoạt động tính dục, điều đó không hề muốn nói họ là những con người trưởng thành, có thể đối phó với những vấn đề của cuộc sống cách trưởng thành, chứ không như người bị rối loạn thần kinh. Freud không bao giờ đánh đồng khả năng hoạt động sinh dục (genitality) với trưởng thành. Ngay cả người rối loạn thần kinh cũng cảm thấy khoái lạc và thỏa mãn tính dục, nếu điều đó ăn khớp với cái lô-gíc của chứng loạn thần kinh của họ.

3. Những Vấn Đề Tính Dục

Khác với nếp nghĩ thông thường, chúng ta phải xem tính dục như một biến tố đến sau, chứ không phải biến tố đi trước. Nói cách khác, hoạt động tính dục là hậu quả và là phương thể biểu lộ các xung đột tâm lý, chứ không phải là nguyên nhân gây ra xung đột. Bởi thế, những vấn đề tính dục có thể là hậu quả, chứ không phải nguyên nhân thật sự.

Như vậy, chúng ta cần làm sáng tỏ các nhược điểm tính dục, bởi vì chúng tỏ cho biết điều gì đó về toàn bộ nhân cách của chủ thể. Tuy nhiên, làm như thế vẫn chưa đủ: Những nhược điểm đó không cho chúng ta biết gì về nguyên nhân của vấn đề; chúng chỉ cho thấy là có vấn đề nhưng không cho biết vấn đề đó là gì. Chúng ta phải đi tìm nguyên nhân nơi các năng động của chủ thể (các nhu cầu, thái độ, giá trị, sự tự vệ, cảm xúc). Vì thế, chúng ta phải chú ý đến toàn bộ nhân cách (nguyên nhân) hơn là hoạt động tính dục (hậu quả).

Cũng thế, giải quyết vấn đề tính dục không đương nhiên là cải thiện toàn bộ nhân cách. Chúng ta không thể nói chủ thể sẽ trưởng thành khi không còn thủ dâm nữa. Chúng ta cũng không thể nói khi người ta không còn có những nhược điểm tính dục nữa, người ta đã giải quyết xong mọi vấn đề. Thật vậy, nếu hoạt động tính dục là một phương tiện để biểu lộ, thì xung đột tâm lý có thể vẫn không thay đổi. Có thể người ta đã tìm ra một phương tiện khác thay thế cho hoạt động tính dục (thay thế triệu chứng). Có thể xảy ra là khi vấn đề tính

dục giảm bớt, thì sự bất khoan dung, gây hấn hay lệ thuộc ấu trĩ gia tăng trong đời sống hàng ngày; và khi đứng trước những tác nhân kích thích nhất định, những nhược điểm tính dục sẽ tái xuất hiện, thường nghiêm trọng hơn. Do đó, nếu chỉ thay đổi số lượng (giảm bớt triệu chứng) hay định tính (thay thế triệu chứng) mà thôi thì không đủ, mà phải hỏi chủ thể đã thay đổi chưa. Chúng ta cần xem xét ý nghĩa của biểu tượng và năng động mà chủ thể thay đổi: Thay đổi cách diễn tả? Nguyên nhân sâu xa thực sự đã được giải quyết?

Hậu quả có thể thay đổi, mà nguyên nhân vẫn chưa thay đổi. Theo khái niệm cơ bản của tâm lý học chiều sâu, mọi sự bất nhất đều có hai yếu tố: yếu tố năng động và yếu tố định hướng.

a. Yếu Tố Năng Động:

Bất nhất, xét như một sự bất hòa hợp, thì tạo nên căng thẳng. Chủ thể cố gắng giảm bớt căng thẳng bằng cách tạo nên một sự quân bình hơn. Chủ thể chỉ có được sự quân bình ổn định khi hạn chế sự tương phản, bằng cách tác động trên các nguyên nhân (xu hướng phát triển). Sự quân bình vẫn không ổn định khi chủ thể không thay đổi nguyên nhân, mà chỉ cắt giảm các phương thể biểu lộ. Chủ thể cảm thấy hài lòng vì đã hạn chế các triệu chứng và có cảm tưởng là đã giải quyết xong nguyên nhân (khuyh hướng điều bình - homeostatic). Vấn đề chưa được giải quyết, nhưng chỉ bị định hoàn.

b. Yếu Tố Định Hướng

Yếu tố này liên quan đến đối tượng hay công cụ mà chủ thể sử dụng để giảm bớt căng thẳng. Để tạm khuây khoả, chủ thể thay thế phương tiện tính dục, vì chúng gây ra vấn đề (cảm xúc có tội, khủng hoảng lòng tự trọng, sợ trừng phạt, v.v...), bằng những phương tiện khác (ức chế cảm xúc hoàn toàn, sự nghiêm khắc, duy ý chí, v.v...). Những phương tiện này ít gây ra vấn đề và làm cho chủ thể lầm tưởng là đã giải quyết vấn đề tận gốc rễ. Họ lầm lẫn giữa thay đổi đối tượng và giải quyết nguyên nhân. Ở đây có sự can thiệp của biểu tượng: những hành vi mới - cũng như hành vi tính dục trước đây - tượng trưng cho một cái gì khác. Vấn đề tính dục tuy không còn, nhưng thật ra nó được chuyển sang những lãnh vực khác của đời sống hàng ngày.

Như vậy, khắc phục vấn đề tính dục mà thôi vẫn chưa đủ để bảo đảm một sự trưởng thành toàn diện. Nguyên tắc này cũng áp dụng cho những giáo sĩ độc thân. Công trình nghiên cứu của Rulla và các cộng tác viên chỉ cho thấy 60-75% linh mục và tu sĩ ít nhiều bị khuấy động bởi những nhu cầu tiềm thức mâu thuẫn với những giá trị mà họ theo đuổi. Con số đó muốn nói rằng một số lớn những người được kêu gọi cảm thấy khó khăn trong lối sống độc thân mà không biết đâu là nguyên nhân. Những nguyên nhân đó không đương

nhiên liên quan đến tính dục. Họ có thể giữ luật độc thân mà không sống ý nghĩa phong phú của đời sống độc thân. Để có thể phát triển trong đời sống độc thân, họ cần có sự hài hòa giữa các năng lực và trung thành với định hướng duy nhất của mình. Họ càng hòa hợp các năng lực của mình - cố ý hay tự phát, thì họ càng phát triển. Vấn đề này liên quan đến toàn thể cấu trúc của con người, mà chúng ta chỉ mới khảo sát một khía cạnh mà thôi.

Đến đây, chúng ta đã hiểu khá rõ ý nghĩa của vô thức như một thực tại sống động. Điều đó giúp chúng ta lấy quyết định cách ý thức khi lập kế hoạch và thực hiện. Nhờ vai trò tích cực của vô thức, chúng ta có thể lấy quyết định với tất cả cảm xúc và trách nhiệm của mình, bằng cách làm cho quyết định đó trở thành một thực tại mà chúng ta cảm nhận từ đáy lòng. Dưới khía cạnh tiêu cực vô thức có thể bóp méo quyết định của chúng ta và gây ra hậu quả tai hại cho chúng ta và cho người khác. Trong số những hậu quả đó, chúng tôi muốn nói đến cơ chế tự vệ trong chương sau.

Chương 4. CƠ CHẾ TỰ VỆ



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG](#)

Chúng ta hãy xem bốn tình huống sau đây:

1) Một thanh niên đang học nghề và không sao tháo được động cơ ra khỏi chiếc xe. Ông chủ muốn giúp anh ta, nhưng anh khẳng khái làm một mình. Ông chủ ráng chờ một lát, rồi không thể kiên nhẫn hơn được nữa, ông liền bắt tay giúp anh ta. Chàng trai phản ứng, liệng dụng cụ xuống đất và bỏ đi. Ông chủ đã làm hỏng mọi chuyện vì chàng trai.

2) Cha mẹ khiển trách đứa con trai trước mặt bạn bè và nó ngượng ngùng đỏ mặt.

3) "Trong ngày cưới của tôi, mọi người đã đến, ngay cả những người tôi ít hy vọng nhất. Tôi rất hạnh phúc."

4) "Tôi làm việc cực nhọc, nhưng mọi chuyện xuôi chảy: Tôi cảm thấy hạnh phúc".

Thiếu tế nhị, ngượng ngùng, bức bối: Lòng tự trọng bị tổn thương. Nhìn nhận, hạnh phúc, hài lòng: Bản ngã được nhìn nhận.

A. LÒNG TỰ TRỌNG

Chúng ta trở lại chủ đề lòng tự trọng mà chúng đã tìm hiểu. Lòng tự trọng là hình ảnh mà chủ thể cảm nhận về mình, hình ảnh đó là kết quả của mối quan hệ giữa cái tôi lý tưởng, cái tôi hiện thực và các thành tố của chúng. Mỗi người tự đánh giá dựa trên những khía cạnh tích cực và tiêu cực của mình. Sự đánh giá đó tạo ra hình ảnh bản thân mà bản ngã cảm thấy là đáng trân trọng hay không đáng trân trọng.

Mỗi cấu tố của bản ngã đều đóng góp một phần vào hình ảnh của nhân cách. Đó là những biểu thị (representations) nhận thức - cảm xúc: Tất cả những biểu thị đó đều liên kết với các năng lực cảm xúc, và mang sắc thái yêu thích / không thích. Tuy nhiên, những biểu thị đó không chỉ là hậu quả của những thúc bách: Chúng luôn phản ánh một sự kết hợp giữa cấu tố nhận thức và cấu tố cảm xúc. Trong cấp bậc thứ nhất, lòng tự trọng bị chi phối bởi các cấu tố cảm xúc. Trong cấp bậc cao hơn, khi chủ thể xác định lại chiều kích của các cấu tố cảm xúc thì lòng tự trọng bị chi phối bởi các cấu tố nhận thức. Việc pha trộn hai biểu thị

này được con người cảm nghiệm là lòng tự trọng. Một sự toàn nhập hài hòa giữa các biểu thị đó tạo nên lòng tự trọng thật sự. Lòng tự trọng này bắt nguồn từ việc chúng ta tự đánh giá một cách khách quan, cảm nhận phẩm giá của mình, nhìn nhận giới hạn của mình, đánh giá cao tiềm năng của mình và xây dựng lòng tự trọng trên đó. Lòng tự trọng bao gồm một sự liên tục theo chiều dọc (xuyên suốt thời gian) và chiều ngang (các khía cạnh của bản ngã tương đối ổn định).

Trái lại, khi các biểu thị của bản ngã không được bàn nhập hay tương phản, chúng không tạo nên lòng tự trọng. Thiếu lòng tự trọng có thể nhận ra qua các dấu hiệu sau đây:

- a. Bản ngã có những biểu hiện mâu thuẫn, tính khí thay đổi và khó hòa nhập cái tôi lý tưởng và cái tôi hiện thực.
- b. Cảm giác trống rỗng vì khó nhận biết mình như một con người trọn vẹn.
- c. Thiếu khả năng thông cảm với người khác và hay phê phán, bởi vì bản ngã bị chi phối bởi những nhận thức tri giác tức thời hạn là sự đánh giá có suy nghĩ và cân nhắc.

Như thế, lòng tự trọng bất ổn là do những cấu tố của bản ngã và/hay sự mâu thuẫn giữa chúng với nhau. Không thể sống nếu không có lòng tự trọng; sống mà không có lòng tự trọng thì giống như thiếu oxygen hay bị thương mà không chữa trị. Cách chữa trị tốt nhất là xem xét những biểu hiện của bản ngã cách nghiêm túc và thực tế. Tuy nhiên, người ta có thể đi tắt bằng con đường tự vệ để bù đắp (chứ không giải quyết) cho những khiếm khuyết đã làm cho người ta thiếu lòng tự trọng. Sự khiếm khuyết vẫn tồn tại, nhưng được che đậy bởi lòng tự trọng có tính bù trừ hay tự vệ: Đó là một hệ thống an toàn nhằm chữa trị sự nghi ngờ bản thân. Hệ thống che đậy này vẫn mong manh, bởi vì nó không giải quyết sự nghi ngờ bản thân, nhưng chỉ hoạt động như một vật cản. Tình trạng thiếu tự trọng sẵn sàng tái xuất hiện, nhất là khi chủ thể gặp hoàn cảnh khó khăn hay nhập nhằng. Bấy giờ, những cơ chế tự vệ sẽ tăng cường cho hệ thống an toàn đó, bằng cách bóp méo hình ảnh bản thân và chủ thể ẩn núp dưới hình ảnh đó với một sự khiêm tốn giả hiệu, kiêu hãnh, tự cao, ngạo mạn, thận trọng giả hiệu, thái độ thánh thiện, và cái lô-gic "như thể là" và "phô trương."

Thiếu lòng tự trọng - tự vệ - lòng tự trọng có tính bù trừ: Tiến trình này không dừng lại ở đây, nhưng bước tiếp theo là chủ thể tin rằng lòng tự trọng có tính bù trừ đó là lòng tự trọng thật. Chúng ta không thể sống nếu thiếu oxygen và cũng không thể sống nếu oxygen bị ô nhiễm; bấy giờ chúng ta buộc phải tin rằng oxygen bị ô nhiễm đó thì tốt. Muốn thế nào thì sẽ tin như vậy. Người ta xem việc bù trừ là sự thật. Trong những hợp đó, lòng tự trọng không còn được điều khiển bởi thực tế, nhưng bởi các niềm tin huyền hoặc và các hình ảnh thoái hồi. Vì sự khác biệt giữa tình trạng thực tế của chủ thể và nhận thức của chủ thể về

thực tế của mình, cho nên chủ thể không nhìn thấy hay bóp méo bất cứ điều gì không làm cho mình có cảm giác được đền bù. Nhờ cơ chế tự vệ mà người ta có thể thực hiện được tất cả những điều đó.

B. BẢN CHẤT VÀ ĐẶC ĐIỂM CỦA CƠ CHẾ TỰ VỆ

1. Định Nghĩa

Hàng ngày chúng ta đều gặp nhiều mối đe dọa đối với lòng tự trọng: một sáng kiến sai lầm, một cuộc biểu diễn nghèo nàn, một sự xỉ nhục... Tất cả những điều đó khiến chúng ta cảm thấy kém cỏi, do dự và không được yêu thương. Bản ngã chúng ta bị đau và chúng ta vội vàng điều trị vết thương ái kỷ đó. Cũng như tinh thần, thân xác cũng tự bảo vệ khỏi những kích thích quá mức. Nhắm mắt, nhìn sang hướng khác, nhìn một cách lơ đãng, dừng dưng với tiếng ồn: Đó là những hành động nhằm bảo vệ chúng ta khỏi những tác nhân kích thích khó chịu. Tự vệ là quy luật lâu đời nhất của thiên nhiên.

Khái niệm hóa cơ chế tự vệ (thuật ngữ của Freud) là một trong những đóng góp có giá trị nhất của khoa phân tâm học trong việc tìm hiểu con người. Qua thuật ngữ "cơ chế tự vệ" họ muốn nói đến một cách xử lý thường xuyên, có tính chất vô thức, đôi khi có tính triệu chứng bệnh lý, mà cái tôi sử dụng để đối phó với những xung đột phát xuất từ thực tế bên ngoài và/hoặc từ cảm xúc bên trong. Như vậy, tự vệ là bảo vệ mình khỏi mọi nguy hiểm đe dọa sự trân trọng của mình. Đó là cách bảo vệ hay phục hồi lòng tự trọng, thế nhưng cách thức đó lại dựa trên một nền tảng sai lạc, đó là tránh né vấn đề. Trái lại, người không có phản ứng tự vệ thì nhìn thẳng và đối diện với vấn đề, cho dù vấn đề đó làm cho mình lúng túng, và xây dựng một cách sống, trong đó chủ thể quan tâm đến những nhược điểm và những nỗi sợ hãi của mình.

Cơ chế tự vệ nhắm đến một vài mục tiêu như:

a. Duy trì sự quân bình của bản ngã khi đứng trước những tình huống khó khăn: Làm sao khỏi đau buồn khi mất một vật hay một người mà mình quý mến? Làm sao giữ lòng tự trọng khi thất bại? Làm thế nào để cảm thấy hài lòng, bất chấp các ngăn cấm và quy định của xã hội?...

b. Bảo vệ và phục hồi lòng tự trọng đang bị đe dọa bởi các thế lực thúc bách: Tôi đã chọn một lối sống, nhưng trong tôi vẫn còn những cảm xúc trái ngược; tôi sẵn sàng với người khác, nhưng tôi cũng bị xao động vì một cảm giác hiềm thù; tôi nghĩ mình mạnh mẽ, nhưng thỉnh thoảng tôi cũng bắt gặp một nỗi sợ hãi làm lu mờ hình ảnh đẹp mà tôi đã tạo ra cho mình...

c. Hóa giải những xung đột với người hay với những thành phần khác của thực tế, mà tôi thấy là không thể giải quyết bằng cách nào khác: Nếu ý kiến của tôi không đúng với thực tế, tôi phải làm gì? Khi sai lầm của tôi bị phơi bày ra ánh sáng, tôi phải làm gì để khỏi xấu hổ? Nếu bạn đồng nghiệp là đối thủ, tôi phải làm gì để thu phục anh ta mà khỏi phải tranh đấu công khai?...

2. Cơ Chế Tự Vệ Tuy Thuộc Tầng Vô Thức, Nhưng Có Thể Nhận Ra

Mọi cơ chế tự vệ đều có những đặc điểm chung sau đây:

- a. Chúng phủ nhận, xuyên tạc và bóp méo thực tại nội giới và ngoại giới.
- b. Chúng là những hành vi tự động, chứ không phải cố ý.
- c. Chúng hoạt động trong vô thức và chủ thể không biết những gì đang xảy ra trong vô thức.

Khi nói đến cơ chế tự vệ, rõ ràng là chúng ta không luôn đánh giá tư cách đạo đức của chủ thể sử dụng cơ chế đó. Chúng ta phải phân biệt giữa việc giải thích luân lý và phán đoán giá trị, làm sáng tỏ và đánh giá. Bởi vì cơ chế tự vệ nằm trong vô thức, cho nên không phải lúc nào chúng ta cũng có thể quan sát trực tiếp, mà chỉ có thể quan sát các hậu quả của chúng. Thật thế, cơ chế tự vệ sinh ra những hình thức bóp méo có hệ thống, tạo điều kiện cho phong cách tự vệ và biểu hiện qua những đặc điểm như thành kiến và cứng nhắc, nụ cười đặc trưng, hành vi hằn học, diễu cợt và ngạo mạn. Những cơ chế tự vệ này không phải là những đặc điểm đúng nghĩa, nhưng là những cách xử lý: Chúng tạo ra những phong cách tự vệ (style). Phong cách có nghĩa là một cách hoạt động bất biến của chủ thể, mà chúng ta có thể nhận thấy qua một chuỗi những hành vi đặc trưng: cách suy nghĩ, nhận thức, cảm nghĩ tương quan với người khác, phản ứng trước các tình huống, v.v... Sự tự vệ biểu hiện qua phong cách "cứng nhắc," được tạo thành bởi những phản ứng máy móc và thường xuyên lặp đi lặp lại. Ai có thể nhận ra cái tôi cứng nhắc đó? Trước hết đó là người quan sát từ bên ngoài. Người quan sát không những phải hiểu rõ nội dung hành vi (chủ thể làm gì), nhưng cả cách hành động (hành động như thế nào). Người quan sát chỉ có thể hoàn thành nhiệm vụ, khi chính mình đã được giải thoát hoàn toàn khỏi xiềng xích của cơ chế tự vệ. Nếu chúng ta biết được cái phong cách nằm bên kia hành động, đó quả là một sự hiểu biết mới mẻ và kỳ diệu về con người. Tuy nhiên, ngay cả chủ thể cũng có thể nhận ra phong cách tự vệ của mình, cho dù họ không biết hết mọi cơ chế tự vệ cơ bản trong vô thức. Để tự vệ, chủ thể thay đổi nhận thức về thực tại nội tâm và ngoại giới: Họ che đậy những thúc bách mà mình không thể chấp nhận bằng những lớp vỏ đôi khi đối chọi với nguyên bản. Cuối cùng, chủ thể cảm thấy khó chịu và thiếu tự do nội tâm. Họ thấy vấn đề, nhưng không biết

những phạm vi của vấn đề. Đến đây, thay vì tìm hiểu ngọn nguồn của vấn đề, họ có thể phản ứng lại bằng một cơ chế tự vệ khác: Họ không chấp nhận mình đang tự vệ.

3. Tự Vệ: Bình Thường Hay Bệnh Lý?

Nếu bản ngã muốn hoạt động tốt ngay cả khi gặp nguy hiểm, bản ngã phải tổ chức lại sao cho hiệu quả. Vì thế những cơ chế tự vệ quả hữu ích vì chức năng bảo vệ của chúng. Những cơ chế tự vệ tự bản chất không phải là bệnh. Tối nay, nếu tôi thấy mệt mỏi, tôi để vấn đề đó lại và lên giường đi ngủ, để ngày mai tôi có thể đối phó với vấn đề cách sáng suốt hơn. Nếu tôi sắp làm bài thi tôi sẽ tập trung vào hoạt động trí thức và loại trừ những cảm nghĩ âu lo khác. Chúng ta thực hiện những việc đó cách tự động mà chẳng cần phải vận dụng ý chí. Các phản ứng tự vệ giúp chúng ta chú ý và tập trung vào những nhiệm vụ quan trọng hơn.

Sau đây là ba tiêu chuẩn để phân biệt tự vệ thích ứng (thích đáng) và tự vệ không thích ứng (không thích đáng) (xem bảng IX)

a. Mục Tiêu

Khi chúng ta tự vệ nhằm giải quyết xung đột một cách thực tế, đó là sự tự vệ thích ứng (tạo thuận lợi để thích nghi với thực tế). Trái lại, khi chúng ta tự vệ để tránh né xung đột, đó là sự tự vệ không thích ứng. Chúng ta có thể thấy sự khác biệt giữa việc trí thức hóa của nhà nghiên cứu muốn tìm hiểu thực tại và việc trí thức hóa của người chồng bất tài nhằm bảo vệ ý kiến bấp bênh của mình, ngõ hầu quên đi những bất hạnh trong cuộc sống hôn nhân.

b. Cách Tự Vệ

Tự vệ thích ứng thì uyển chuyển, tức là thích hợp với tình huống, và giới hạn trong tình huống đó. Tự vệ không thích ứng thì cứng nhắc, máy móc và tổng quát hóa: Trong trường hợp này, hành vi do tự vệ thúc đẩy tự động bộc phát, không giới hạn trong tình huống cụ thể và trong mọi tình huống, hành vi đó cũng rập theo cùng một khuôn. Như thế, tự vệ thích ứng thì đáp lại thực tại, còn tự vệ không thích ứng thì phản ứng lại những thúc bách của mình. Chúng ta có thể thấy sự khác biệt giữa sự quyết định tỏ ra vui vẻ để xua tan bầu khí nặng nề và việc luôn luôn phải hành động như một anh hề.

c. Hiệu Quả

Tự vệ thích ứng giúp chúng ta kiểm soát sự xung đột, đồng thời bảo vệ và giúp chúng ta hoạt động tốt hơn. Tự vệ không thích ứng thì làm cho sự xung đột tồn tại mãi mãi, thậm chí còn gây ra nhiều bất lợi cho toàn thể nhân cách hơn (chẳng hạn khi chủ thể buộc phải

nhờ đến những sự tự vệ thầm kín và bị hạn chế hơn). Có khác biệt giữa đề cao cảnh giác nhằm tìm kiếm thông tin mới và đề cao cảnh giác đến mức chủ thể phóng đại sự nguy hiểm và nghi ngờ mọi người lẫn mọi sự.

Bảng XI. Cơ chế tự vệ và Cơ chế đối phó

Cơ chế tự vệ	Cơ chế đối phó
- Tránh né xung đột	- Đương đầu với xung đột
- Tự động và tổng quát hóa	- Uyển chuyển và giới hạn
- Tạo nên những bất lợi sau	- Tạo điều kiện để hoạt động này tốt hơn

Thuật ngữ "cơ chế tự vệ" nhấn mạnh khía cạnh không thích ứng, và "cơ chế đối phó" nhấn mạnh khía cạnh thích ứng. Trong ba cơ chế đối phó, ước muốn lý tính trái vượt (hành động theo sự đánh giá có suy nghĩ) hơn ước muốn cảm tính (hành động theo sự đánh giá cảm xúc). Nhờ những cơ chế đối phó can thiệp, sự thúc bách vẫn nằm dưới sự kiểm soát của lý trí và được sử dụng trong giới hạn quy định và trong những hoàn cảnh phù hợp với lý tưởng của mình.

Sự phân biệt giữa "tự vệ thích ứng" và "tự vệ không thích ứng" không hoàn toàn tuyệt đối. Sự tự vệ thích ứng trong một độ tuổi (hay hoàn cảnh) nhất định có thể trở nên không thích ứng cho một độ tuổi (hay hoàn cảnh) khác. Có khác biệt giữa sự phủ nhận của một đứa trẻ và phủ nhận của một người trưởng thành, hay sự ức chế tức thời của một đứa trẻ khi bị cha mẹ sai khiến và sự ức chế thiếu suy nghĩ của một người trưởng thành khi nói "không" với các thúc bách của mình mà không biết đưa ra lý lẽ để biện minh.

Ngoài ra, chúng ta phải thận trọng với sự tự vệ, dù là sự tự vệ thích ứng: Đứng trước những vấn đề quan trọng và phức tạp, chúng ta không thể dựa vào sự tự vệ máy móc mà thôi, nhưng phải dám lấy quyết định và chịu trách nhiệm về đời sống của mình. Cũng vậy, nếu chúng ta sử dụng cơ chế kiểm soát thường xuyên và rộng rãi, chúng có thể gây thiệt hại cho mình: Chúng ta lo làm sao để tồn tại hơn là sống, và về lâu về dài, mục đích không còn chi phối chúng ta nữa, mà là nhu cầu tự bảo toàn.

d. Những Lợi ích Của Tự Vệ

Những cơ chế tự vệ không giúp chúng ta phát triển, mà chỉ giúp chúng ta tồn tại trong

sự an toàn. Quả thực, các cơ chế tự vệ mang lại cho chúng ta hai lợi ích sau đây:

1) Giúp chúng ta tránh đối đầu với tác nhân kích thích nguy hiểm đến từ bên trong cũng như bên ngoài.

2) Cho phép chúng ta thay thế sự hài lòng (cảm thấy an tâm mà không phải phơi mình ra) và giảm thiểu hậu quả của sự thất vọng đến mức có thể chịu đựng được.

Chúng ta hãy phân tích một sự kiện: Một người chồng bị vợ bắt quả tang đang ngoại tình. Thực tế nói với anh rằng: "Anh là kẻ phản bội" (xúc phạm đến lòng tự trọng). Anh ta tự vệ: "Điều đó đúng, nhưng tôi làm thế bởi vì suốt năm năm qua, cô ta làm tôi thất vọng vì sự suy sụp của cô ta (phóng chiếu). Cô ta lạnh nhạt với tôi trước; do đó về mặt luân lý, cô ta mới là kẻ phản bội (hợp lý hoá). Thật thế, sự phản bội của con tim thì nghiêm trọng hơn sự phản bội của thân xác (trí thức hóa). "Các lợi ích: Người đàn ông tránh được sự cực nhọc là phải thay đổi, tha thứ cho mình và muốn người vợ phải thay đổi trước. Thực tế nói với ông rằng ông là kẻ tự lừa dối, nhưng sự thật tâm lý lại nói với ông rằng người vợ tự lừa dối. Lòng tự trọng được cứu nguy mặc cho sự thật phải bị tổn thương.

Qua ví dụ trên đây, chúng ta có thể thấy mọi sự tự vệ đều bao gồm một lời phủ nhận và lời khẳng định. Phủ nhận thì rõ ràng hơn: Tôi nói "không" với thực tế làm tôi đau đớn. Lời nói "không" đó được diễn tả dưới những hình thức khác nhau tùy theo loại tự vệ mà chúng ta sử dụng: "ở đây không có gì," "Không phải tôi" "Tôi chẳng có liên quan gì cả," "Chẳng bao giờ có chuyện đó"; "Tôi chẳng sợ đâu". Khi tự động loại trừ thực tế đau đớn, tôi cũng khẳng định điều làm cho tôi an tâm. Khi phủ nhận một thực tế, tôi khẳng định thực tế đó là không thật. Tiếng "có" không phát sinh từ thực tế hiển nhiên, nhưng từ hệ thống tự vệ của tôi. Tiếng "có" được diễn tả dưới những hình thức phù hợp với sự tự vệ mà chủ thể sử dụng: "Tôi chắc chắn," "Tôi vô tội", "Tôi rất bình an"; "Tôi mạnh mẽ," "Tôi gan dạ và dũng cảm". Đó là một kết luận phát sinh từ cơ chế tự vệ, chứ không hề được xác minh bằng dữ kiện. Chủ thể đi tới kết luận bằng cách bóp méo các sự kiện. Chính vì thế, chủ thể xem kết luận đó là thật và khách quan. Nhờ cơ chế tự vệ, chủ thể cảm thấy hài lòng, nếu không thì chẳng thể hài lòng được. Vì sợ không giữ được lòng tự trọng khi phải đương đầu với thực tại chủ thể phải cậy nhờ các phương tiện tự vệ để duy trì lòng tự trọng. Nếu tôi không thể dựa trên thực tế để tự xác định là một con người "toàn diện" bấy giờ tôi sẽ dùng sự tự vệ để xác định tôi. Bao lâu tôi chưa tìm được cách để cứu vãn lòng tự trọng dựa trên nền tảng thực tế, bấy lâu tôi vẫn phải tự vệ: ít nữa là tôi giữ được lòng tự trọng, nếu không thì khi đương đầu với thực tế, lòng tự trọng sẽ không an toàn. Chính vì lẽ đó, chúng ta khó khắc phục sự tự vệ, ngay cả khi lòng tự trọng không còn bị đe dọa như trước nữa. Biết không có nghĩa là

thay đổi. Ngay cả khi tôi nhận thấy mình đang phóng chiếu hay phủ nhận, tôi vẫn cứ hành động như cũ: ít nữa tôi bảo toàn được lòng tự trọng. Nếu tôi không làm như thế, thì một khi tôi chìm mình vào thực tế và từ bỏ những thủ đoạn đó, ai có thể bảo đảm là tôi đáng trân trọng dưới mắt tôi và dưới con mắt người khác?

e. Cấp Bạc Tự Vệ

Lòng tự trọng do tự vệ mà có thì không thật, bởi vì chủ thể phải bóp méo sự thật để có được sự tự trọng: Một lòng tự trọng không dám đương đầu với thử thách của thực tế làm sao đủ khả năng được? Dừng lại ở đây quả là điều khủng khiếp: Tôi nghĩ mình hạnh phúc, trong khi tôi cười để khỏi phải khóc. Tôi nghĩ mình có tự do để mở lòng ra với Thần Khí, trong khi đó nếu tôi lắng nghe thực tại, tôi sẽ nhận thấy rằng mình nhân danh đoàn sủng để tìm cách phô trương. Tôi xả thân phục vụ người nghèo, nhưng tôi ban phát cho người khác với ý hướng vô thức là muốn đón nhận. Những ảo tưởng đó có đủ cho tôi chăng?

Thật thế, chúng đâu có đủ. Không ai có thể chấp nhận một loại tự trọng mà cái giá phải trả là hy sinh thực tại. Một sự an toàn giả tạo không làm cho chúng ta an toàn. Đến đây, nhân cách con người (không phải bệnh lý) có khả năng chữa lành vết thương ái kỷ bằng cách tạo ra một hệ thống tự vệ tốt hơn, sao cho mình cảm thấy lòng tự trọng mang tính tự vệ đó là lòng tự trọng đích thật. Bởi vậy, chủ thể coi sợ hãi là can đảm, trốn tránh là đối đầu, giả tạo là sự thật, giả vờ là lý do chính đáng, một cơ hội bên lề là sự nghiệp mà mình có trách nhiệm. Nói cách khác, một lần nữa chủ thể lại tự vệ để khỏi nhìn nhận mình đang tự vệ. Đó là sự tha hóa của kẻ tin rằng mình không bị tha hóa.

Nhân cách có thể được tổ chức dựa trên một hệ thống tự vệ trong đó có một số loại tự vệ chính yếu và một số loại thứ yếu. Những loại tự vệ chính yếu bảo vệ chủ thể khỏi bị xung đột, những loại tự vệ thứ yếu giúp chủ thể phủ nhận sự thật là mình đang tự vệ. Đây là một mạng lưới tự vệ trong đó chủ thể sử dụng loại tự vệ này để bảo vệ mình khỏi sự tự vệ khác đã có. Vì thế, tổ chức tự vệ cũng có những cấp bậc khác nhau: Hợp lý hóa để phủ nhận, cố tạo phản ứng (reaction formation) để khỏi nhìn nhận sự thật là mình bị ức chế. Tại cấp bậc sâu hơn, tôi phóng chiếu (chính anh làm tôi tức giận) và ở cấp bậc khác tôi hợp lý hóa (tôi tạo nên một giả định hậu nghiệm để chứng minh rằng tôi hoàn toàn đúng khi nói rằng chính anh mới là người có vấn đề): Bằng cách đó, tôi có thể tiếp tục phóng chiếu mà chẳng bao giờ chạm trán với bản chất tự vệ của tôi hay cách tôi tự vệ. Không phải lúc nào cũng có thể vạch ra một ranh giới rạch ròi giữa các cấp bậc tự vệ. Tuy nhiên, khi hệ thống tự vệ được tổ chức theo các cấp bậc như thế, các loại tự vệ chính yếu thì thuộc tầng vô

thức và tự động, và những loại tự vệ thứ yếu (bảo vệ sự tự vệ) thì thuộc phạm vi tiền ý thức, thậm chí ý thức và cố ý.

Vì thế, chúng ta có thể nói đến hai loại tự vệ:

1. Tự Vệ Chiến Lược

Đó là những hoạt động chính yếu, nhờ đó chủ thể có thể đối phó với các nhu cầu ấu trĩ. Ví dụ: Tôi phải nhận những sự kiện nhất định để khỏi phải thay đổi hành vi của tôi. Tôi chú trọng đến những vấn đề ít cấp bách và ít khó khăn hơn những vấn đề cấp bách mà tôi khó chấp nhận. Tôi luôn luôn tỏ ra sẵn sàng để được quý mến. Tôi sốt sắng giúp đỡ người khác để sau này được ban thưởng.

2. Tự Vệ Thủ Thuật

Đó là những hoạt động phụ thuộc mà chủ thể sử dụng để khỏi nhìn nhận sự tự vệ chiến lược của mình. Loại tự vệ này ít tính chất vô thức hơn loại trước. Tôi phải nhận, nhưng tôi tự nhủ là tôi không phải nhận, đúng hơn tôi đang thực hành đức kiên nhẫn. Tôi trút giận lên những người khác, nhưng tôi tự an ủi là tôi đang đấu tranh cho lý tưởng. Tôi theo đuổi một tương quan ấu trĩ và lệ thuộc cảm xúc, nhưng tôi tự bảo đó là vì lợi ích của người khác, người đó đang cần giúp đỡ.

Chúng ta cần kiên nhẫn, đôi khi đến hàng năm trời để giúp chủ thể nhìn nhận mình đang tự vệ. Mỗi khi chúng ta lưu ý họ về nguy cơ tự vệ, họ sẽ bác bỏ như thể đó là chuyện của người rối loạn thần kinh chứ không phải chuyện của người bình thường như họ. Chỉ khi nào họ chấp nhận rằng mình cũng có thể tự lừa dối cách bất đắc dĩ, bấy giờ họ mới có thể nhận ra những chỗ sần sùi trong nhân cách mà họ cần phải hoán cải. Để có thể hoán cải, chủ thể phải cảm thấy cần hoán cải, thậm chí phải chấp nhận hoán cải là việc bình thường. Điều đó muốn nói rằng họ có thể kể lại chuyện của mình và tin rằng câu chuyện đó là thật.

Từ đó, chúng ta có thể thấy mối quan hệ giữa sự hiểu biết khách quan về thực tại và sự trưởng thành nội tâm của chủ thể. Để hiểu biết thực tại cách khách quan, chúng ta phải quan sát đối tượng cũng như cái tôi đang quan sát. Các nhà tâm lý trị liệu thừa biết rằng họ không thể nào biết các xung đột của người khác, nếu họ không hiểu các xung đột của mình và những sự chuyển cảm của mình. Vì lẽ đó, các nhà tâm lý trị liệu cũng phải phân tích chính mình, nhưng tiếc rằng nhiều nhà tâm lý trị liệu đã không làm điều đó. Cũng vậy, nhiều chủ chăn muốn tìm hiểu linh hồn người khác mà không tìm hiểu linh hồn mình; hay một số người đánh giá thực tại mà không kiểm soát được cách nhìn của mình. Tất cả những điều đó sẽ dẫn tới những hậu quả tai hại.

Trên thực tế, mọi người đều tự vệ. Quả khác thường nếu một ai đó không tự vệ. Không tự vệ có nghĩa là phơi bày mình ra trước thực tế, trước sự phê phán và những hệ thống nhận thức khác với chúng ta. Tất cả những điều đó là nguyên nhân khiến cho mọi người lo âu. Người thiếu tự trọng thì sống khép kín và nghiêm nhặt bảo vệ mình khỏi thực tế. Tuy nhiên, ngay cả khi chúng ta có lòng tự trọng thật sự, thỉnh thoảng chúng ta cũng thoái lui che đậy mình và hạ mình để thỏa hiệp, cho dù ít cứng nhắc hơn. Chỉ cần nhìn chung quanh là chúng ta có thể nhận thấy sự tự vệ là quy tắc chứ không phải luật trừ. Chúng ta nói với con cái: "Câm mồm, bố là cha các con mà". Với các bà vợ thì chúng ta gởi một sự điệp không lời: "Đừng đem chuyện trong nhà ra ngoài xóm; nếu em chỉ trích anh, thì có nghĩa là em ngu ngốc khi cưới anh". Với bà con thân thích, người cao tuổi đưa ra sự điệp: "Tôi già cả và yếu sức, nếu bà con làm tôi sốc, tôi sẽ chết và bà con sẽ ân hận suốt đời đấy." Chúng ta làm cho thuộc hạ hiểu rằng: "Nếu anh bất đồng với tôi, anh nên lựa lời mà nói, bằng không anh nên đi nơi khác mà làm". Không chỉ cá nhân, mà các cơ chế cũng khét tiếng trong việc bảo vệ họ khỏi sự thách thức của thực tế: Chúng ta hãy xem những cấm đoán đưa tới cái chết.

C. CẤP ĐỘ TỰ VỆ

Qua những điều trên đây, chúng ta đã thấy rõ mối quan hệ giữa cơ chế tự vệ - mở ra với thực tại - và việc xử lý các cảm xúc của mình. Hệ thống tự vệ càng kiên cố, chủ thể càng ít khách quan khi hiểu biết tiềm năng cảm xúc của mình và ít sáng tạo khi sử dụng tiềm năng ấy, và rốt cuộc chủ thể phải nại đến sự bù trừ để xây dựng lòng tự trọng. Trái lại, hệ thống tự vệ càng ít kiên cố, lòng tự trọng càng thiết thực, vì đó là kết quả khi chủ thể đối đầu với thế giới bên ngoài và cảm xúc bên trong.

Tuy nhiên, không phải mọi hình thức tự vệ đều đưa đến một hậu quả như nhau. Freud mặc nhiên thừa nhận những cấp độ tự vệ. Năm 1955, C. Brenner nhận định rằng không mấy nhà tâm lý đã tiếp nối Freud để thiết lập những cấp độ tự vệ. Sau đó, G.L. Engel và K. Menmnger đã công bố những cấp độ tự vệ. Tuy nhiên, G. Vaillant và H. Bond mới là những nhà nghiên cứu quan trọng và mới nhất về đề tài này. Những công trình nghiên cứu của A. Ronco và A. Collette cũng đóng góp đáng kể, tuy không dựa trên nền tảng thực nghiệm như hai tác giả trước.

Dựa trên những nghiên cứu trên đây, chúng ta có thể thiết lập những cấp độ tự vệ căn cứ trên hai biến tố sau đây:

- Mức độ bóp méo thực tại: Sự tự vệ bóp méo thực tại hay làm chúng ta nên mù tối đến mức nào? Chúng ta sẽ thấy - nhất là dựa trên việc nghiên cứu của Vaillant - một vài loại

tự vệ thì tiêu cực và thô sơ hơn những loại tự vệ khác.

- Đôi tượng của sự bóp méo: Sự tự vệ bóp méo điều gì hay không thấy được điều gì? Chúng ta sẽ thấy một vài loại tự vệ liên kết với những vấn đề này hơn những vấn đề khác. Để hiểu biến tố này, chúng ta sẽ dựa trên công trình nghiên cứu Blond và một phần của Ronco và Collette.

Sau đó chúng ta sẽ tìm hiểu cả hai biến tố (bóp méo bao nhiêu và bóp méo cái gì) trong quan hệ với chất liệu mà chủ thể sử dụng để tự vệ. Chất liệu đó luôn có hai mặt: thực tế bên ngoài và thực tế tâm cảm. Như vậy, mọi loại tự vệ đều cho chúng ta thấy ba điểm:

- 1) Sự tự vệ có khả năng thích nghi tới đâu?
- 2) Nó tương liên với vấn đề gì hơn cả?
- 3) Chủ thể tương quan với thực tại bên ngoài và bên trong như thế nào?

Cấp độ tự vệ chỉ có giá trị tương đối: Những công trình nghiên cứu của Vaillant chưa hoàn tất. Ngày nay, người ta đang đánh giá lại các công trình của ông. Dầu sao đi nữa thì công trình nghiên cứu của ông vẫn có giá trị, vì chúng ta có thể căn cứ trên sự tự vệ của chủ thể để đánh giá sự trưởng thành và cách thức chủ thể đối phó với thế giới và với mình.

Ví dụ (xem bảng X):

- Sự kìm nén (suppression): (1) cấp độ IV: Chủ thể cởi mở với thực tại; (2) cởi mở để đương đầu (3) với thực tại và với tình cảm của mình, chủ thể vận dụng tình cảm một cách sáng tạo nhằm bảo toàn các giá trị.

- Chuyển dịch (displacement): (1) cấp độ III: ít cởi mở với thực tại; (2) tuy nhiên, thực tại được tôn trọng đầy đủ cho dầu bị diễn giải bằng những hạn từ phù hợp hơn với bản ngã (3) vì những vấn đề liên quan đến việc xử lý những cảm nghĩ của mình.

- Lý tưởng hóa sơ phát: (1) cấp độ II: Mức độ trưởng thành đáng quan ngại; (2) cách thức tự vệ là bóp méo thực tại; (3) thực tại bị biến đổi vì những vấn đề liên quan đến hình ảnh bản thân.

- Phủ nhận: (1) Cấp độ I: Cấp độ này đáng quan ngại hơn; (2) phủ nhận thực tại; (3) vấn đề không chỉ liên quan đến lòng tự trọng và hình ảnh bản thân, mà còn liên quan đến hành vi bên ngoài.

1. Các Mức Độ Bóp Méo

Sự tự vệ làm cho chủ thể mù quáng đến mức nào? Chúng ta có thể phân chia thành bốn mức độ, bắt đầu với tình trạng mù quáng nhất.

a. Tự Vệ Ái Kỷ (narcissistic)III

Chủ thể phủ nhận và từ chối một vài khía cạnh của thực tại bên ngoài. Vì chủ thể không nghĩ tới hay không muốn có những thử thách trong cuộc sống, cho nên chủ thể không nhận thấy các thử thách đó và trở nên mù. Một sự thật làm cho tôi xao xuyến? Tôi phớt lờ nó, bởi thể nó không hiện hữu cho đến khi tôi quan tâm (phủ nhận), tôi rút lui vào tháp ngà của tôi (rút lui khỏi xã hội), tôi chống lại sự hiện diện của nó (manh động), tôi gán cho nó một nguyên nhân khác (phóng chiếu), tôi quay lại thời điểm trước sự thật đó (thoái lui), tôi cố gắng hủy bỏ nó (hủy bỏ hồi tố).

b. Tự Vệ Ấu Trĩ

Chủ thể không phủ nhận thực tại, nhưng biến đổi và không thừa nhận. Khi hành động như vậy, chủ thể không trực tiếp uốn nắn thực tại (chúng ta sẽ bàn đến khi nói về sự mê sảng và ảo giác do rối loạn thần kinh), nhưng đóng kịch với thực tại. Chủ thể thay đổi những cảm xúc phát sinh từ việc va chạm với thực tế đau đớn, sao cho những cảm xúc đó (đã được thay đổi) làm cho thực tại mang một sắc thái khác với nguyên thủy. Như thế, sự tự vệ diễn ra như sau: chạm trán với thực tế -> thay đổi cảm xúc phát sinh từ thực tế -> thực tế được hiểu một cách khác.

Sự tự vệ ấu trĩ đó biểu hiện qua nhiều cách:

- Toàn năng. Thay cho cảm xúc yếu kém, tôi cảm thấy bất khả chiến bại, đến nỗi con voi mà tôi gặp lần đầu nay trở thành con chuột nhỏ xíu trong mắt tôi.
- Lý tưởng hóa sơ phát. Tôi cảm thấy an toàn khi ẩn núp dưới bóng của một đáng cứu thế toàn năng: Đáng cứu thế có thể là một nhóm mà tôi phóng đại, một người bạn mà tôi thần thánh hóa và chọn làm câu trả lời cho mọi vấn đề, nghề nghiệp mà tôi tôn sùng... sự cô đơn, bức bối và ngờ vực mà tôi không thừa nhận.
- Chống lại mình: Nếu thực tế làm cho tôi sợ hãi, tôi càng tỏ ra yếu đuối và thiếu khả năng tự vệ hơn nữa, như thế tôi được sẽ được thương hại: Sự tự vệ này giống như sự đấu tranh cuối cùng của con hươu, khi nó đưa cổ ra cho đối thủ, nó biết rằng đối thủ sẽ thương hại nó và sẽ không giết nó.
- Những suy nghĩ kỳ quặc do rối loạn thần kinh và lối tư duy ma thuật: Tôi tự cô lập và đắm chìm trong mơ mộng, chờ đợi phép lạ từ trời rơi xuống.

Như vậy, tôi có nhiều cách biến đổi phản ứng cảm xúc với thực tại. Tôi nhìn thực tại đó với tâm trạng mới và thực tế tỏ ra ít khắc nghiệt hơn.

c. Tự Vệ Do Nhiễm Loạn Thần Kinh

Chủ thể không hy vọng thực tế sẽ thay đổi, nhưng chấp nhận nó với một vài thay đổi. Chủ thể diễn giải thực tế sao cho mình vẫn thích nghi được với xã hội. Họ có thể đáp ứng những đòi hỏi của xã hội, nhưng vấn đề ở đây là vấn đề nội tâm, thích ứng tâm lý, tức là tương quan với cảm xúc của mình.

Ở mức độ này, mặc dù tôi ứng xử tốt với thế giới, nhưng tôi vẫn cảm thấy khó chịu. Tôi bóp nghẹt cảm xúc đó mỗi khi nó xuất hiện (ức chế), tôi vô hiệu hóa nó bằng suy tư (cô lập), tôi biện minh bằng những lý lẽ hợp lý (hợp lý hoá), tôi che đậy bằng những cảm xúc trái ngược (cố tạo phản ứng). Mặc dù tôi tiếp xúc đầy đủ với thực tế, nhưng việc tiếp xúc đó lệ thuộc cách xử lý cảm xúc kém cỏi của tôi.

d. Tự Vệ Trường Thành

Sự tự vệ này cho phép chúng ta chấp nhận sự thật, xử lý sự thật và các tình cảm nội tâm cách khéo léo. Đây không phải là cơ chế tự vệ, nhưng là cơ chế bảo vệ và kiểm soát: kiểm chế, đề phòng và tính hài hước.

Qua những loại tự vệ trên, chúng ta thấy có một sự liên tục trong việc cởi mở và khép kín với sự thật. Từ thái cực hoàn toàn đóng kín tới thái cực đối lập là sẵn sàng mở ra với sự thật. Giữa hai thái cực đó là những bước trung gian, tức là xử lý thực tại và các cảm xúc của mình cách kém cỏi. Chúng ta cần nhớ rằng đó là một sự liên tục của một người bình thường chứ không phải là bệnh lý.

2. Đối Tượng Của Việc Bóp Méo

Đâu là vấn đề mà chúng ta phải bảo vệ? Tự vệ có nghĩa là không muốn đối diện với một điều gì đó, vậy điều đó là gì?

a. Những Vấn Đề Của Hành Vi

Một vài loại tự vệ không những cho thấy chủ thể thiếu thích nghi tâm lý (xử lý các cảm xúc của mình không đúng), mà còn thiếu thích nghi xã hội (thiếu khả năng giao tiếp thích đáng với môi trường). Chúng làm cho chủ thể thiếu khả năng đảm nhận trách nhiệm, để khi tự vệ, chủ thể khỏi phải kiểm chế các xung động bằng những hành vi tích cực. Cần khuyến khích người thoái lui mạnh dạn hành động và người "manh động" cần kiểm soát hành vi của mình. Khi phóng chiếu, chủ thể tránh né việc tự phê bình. Khi phủ nhận, chủ thể bóp méo tình huống; và giải pháp đã được thỏa hiệp ngay từ đầu. Thoái lui là một cách lẩn tránh. Với việc phân lập, chủ thể lý luận bằng những hạn từ cường điệu như "hoàn toàn tốt đẹp" - "hoàn toàn xấu xí" và tính khí không ngừng thay đổi.

b. Những Vấn Đề Liên Quan Đến Hình Ảnh Bản Thân và Hình Ảnh Tha Nhân

Cũng như loại tự vệ trên đây, loại tự vệ này làm suy yếu các mối quan hệ xã hội, nhưng không làm suy giảm khả năng lao động. Chủ thể có khả năng làm việc, nhưng thiếu khả năng yêu thương: Họ có thể thành công, nhưng không thể kiến tạo những tương quan trưởng thành, vì họ mang một hình ảnh thiếu trung thực về mình và người khác. Nguyên nhân thay đổi tùy theo loại tự vệ: Chủ thể thổi phồng khái niệm bản thân mà mình phải bênh vực để chống lại người khác (toàn năng), tuyệt đối hóa người khác cách phi lý (lý tưởng hóa), thấy mình có trách nhiệm về mọi điều ác đang xảy ra (nội nhập: introjection), thậm chí rút lui vào sự cô lập ngọc ngà của mình (những sự tưởng tượng kỳ quặc).

c. Những Vấn Đề Liên Quan Đến Lòng Tự Trọng

Những loại tự vệ này làm phát sinh những vấn đề liên quan đến việc sử dụng khả năng tinh thần. Chủ thể làm việc và giao tiếp với những người khác, nhưng không có khả năng vui hưởng cuộc sống. Chủ thể không chấp nhận cảm xúc của mình, vì thế họ chọn lọc và kiểm duyệt cảm xúc của mình. Vì loại tự vệ đó, chủ thể tự làm cho tinh thần của mình què quặt: "tôi không hài lòng, tôi gặp khủng hoảng," "chẳng gì có ý nghĩa, v.v..."

d. Khả Năng Sáng Tạo

Đây không phải là cơ chế tự vệ nữa, nhưng là cơ chế bảo vệ và kiểm soát. Cơ chế này giúp chủ thể kiểm soát các xung đột (đề phòng), tạm thời đặt sự xung đột trong ngoặc (kiềm chế), và đánh giá chúng một cách siêu thoát (tính hài hước). Đây là người trưởng thành có khả năng làm việc, yêu thương và vui hưởng cuộc sống.

Như thế, giữa các loại tự vệ có một hệ thống thứ bậc theo chiều đi lên, càng lên cao chủ thể càng tích cực hơn khi đương đầu với các thăng trầm của cuộc sống. Trước tiên là loại tự vệ liên quan đến vấn đề hành vi. Sau đó là loại tự vệ liên quan đến cái nhìn thiết thực về mình và người khác dựa trên tương quan cảm xúc. Tiếp đến là loại tự vệ của chủ thể có tương quan bền chặt hơn với người khác, nhưng không phát huy mọi tiềm năng của mình. Ở chóp đỉnh là người có khả năng thể hiện mình cách sáng tạo. Đó là hành trình của cuộc sống: Những vấn đề liên quan đến việc kiểm soát sự xung đột, tương quan, căn tính, ờn gọi là những điểm mốc mà chúng ta phải dựa vào để lượng giá mình. Nếu chúng ta đối phó bằng tự vệ, chúng ta phải trả giá cho cuộc sống: Đó là loại bỏ khả năng làm việc, yêu thương, vui sống và sáng tạo theo các giá trị siêu việt. Cuối cùng, chúng ta cũng thấy sự khác biệt giữa trưởng thành tâm lý và trưởng thành xã hội. Sự trưởng thành xã hội giới hạn trong tương quan xã hội, còn trưởng thành tâm lý là thống nhất đời sống nội tâm và có khả năng biểu hiện trong đời sống xã hội các giá trị mà chúng ta tin. Hai loại trưởng thành đó không đồng nhất với nhau: Chúng ta có thể thích ứng với xã hội, nhưng trong lòng vẫn bối

rối. Sự trưởng thành tâm lý thì toàn diện hơn sự trưởng thành xã hội: Ai thiếu thích ứng xã hội thì cũng thiếu thích ứng tâm lý; kẻ biết thích ứng xã hội, thì không đương nhiên biết thích ứng tâm lý, và ai biết thích ứng tâm lý thì cũng sẽ thích ứng với xã hội dễ dàng hơn. Chiều kích nội tâm là biến tố quan trọng nhất đối với hạnh phúc con người.

Bảng X: Các loại tự vệ

Cấp độ tự vệ			
I. Ái kỷ	II. Ấu trĩ	III. Nhiều loạn thần kinh	IV. Trưởng thành: cơ chế tự vệ - kiểm soát
- phủ nhận thực tế - Những vấn đề liên quan đến hành vi	- Thay đổi thực tế. - Những vấn đề liên quan đến hình ảnh của mình và tha nhân	- Giải thích lại thực tế - Những vấn đề liên quan đến lòng tự trọng	- Chấp nhận thực tế - Khả năng sáng tạo
- Thoái lui - Mạnh động, chia đôi, phóng chiếu, cự tuyệt, ngưng kết, ức chế, loại bỏ thoái	- Toàn năng, lý tưởng hóa sơ phát, chống lại mình, suy tưởng, kỳ quặc, suy	- cố tạo phản ứng, bù trừ, hợp lý hóa, tri thức hóa, cô lập, chuyển vị,	- Kiểm chế - Đề phòng - Hài

lui (thiếu khả năng xử lý cảm xúc và đối phó với môi trường)	tự ma thuật, (thiếu khả năng tương giao)	ức chế - loại trừ (thiếu khả năng vui sống!	hưóc
--	---	---	------

D. NHỮNG ĐỊNH NGHĨA VỀ CƠ CHẾ TỰ VỆ

Bây giờ chúng ta sẽ tìm hiểu những hình thức tự vệ quan trọng hơn. Chúng ta không bàn đến những loại tự vệ mà các nhà tâm lý trị liệu quan tâm và cần điều trị tại bệnh viện. Chúng ta chỉ xem xét những loại tự vệ thông thường mà chúng ta cần phải nhận ra, nếu chúng ta muốn giúp người khác trưởng thành, bởi vì chúng liên quan trực tiếp đến thế giới các giá trị. Sau hết, chúng ta sẽ tìm hiểu những loại tự vệ đó cần kể hơn, bởi vì chúng có một vị trí quan trọng trong công tác huấn luyện của chúng ta. Nhận ra sự tự vệ tức là nhận biết đâu là vấn đề thật sự của ứng sinh hay của nhóm, và khi chúng ta đã nhìn thấy vấn đề thật sự, chúng ta hy vọng sẽ tìm ra giải pháp hữu hiệu. Chúng ta sẽ tìm hiểu những loại tự vệ dựa trên danh sách trong bảng X.

Những ai muốn nghiên cứu vấn đề này sâu hơn, thì ngoài những tác phẩm của A. Ronco và A. Collette, có thể tham khảo các công trình nghiên cứu của A. Freud, N. Cameron và Magaret, H.P. Laughlin.

1. Phủ Nhận Thực Tại - Những Vấn Đề Liên Quan Đến Hành Vi

a. Rút Lui Khỏi Xã Hội

Đây là khuynh hướng quay về với chính mình, bởi vì chủ thể cảm thấy khó chịu khi đối diện với thực tế và cảm xúc của mình. Sự tự vệ này biểu hiện qua việc chủ thể thiếu sáng kiến, không tin vào vai trò của mình, khó chịu khi giao tiếp với người khác, thiếu kế hoạch vì phó mặc tương lại cho sự may rủi, và luôn làm theo thói quen, bất chấp sự đòi hỏi phải canh tân. Chẳng hạn như việc về hưu non: Các linh mục trẻ rút lui vào đời sống ẩn dật không phải vì tuổi tác, nhưng vì cảm thấy không đủ khả năng đáp ứng những đòi hỏi của xã hội hôm nay. Không cần phải từ chức, nhưng chỉ cần làm sao để khỏi bị chuyển chuyển và vẫn tiếp tục công việc hằng ngày. Một ví dụ khác là đi tìm một nơi an toàn (tổ ấm): Người ta đi tìm một chỗ riêng cho mình; giáo xứ trở thành vương quốc riêng của mình mà không ai được phép can thiệp. Những sáng kiến của giáo phận không thể nào xuyên thủng bức tường mà

chủ thể xây lên để bảo vệ tổ ấm của mình.

Theo một vài công trình nghiên cứu có thể giá, chúng ta có thể ghi nhận rằng loại tự vệ này đóng vai trò chính yếu trong cuộc khủng hoảng của các linh mục. Trong nhiều công trình nghiên cứu đặc biệt gây ấn tượng có 4 công trình của A. Godin. Thứ nhất là bản thăm dò của Hội đồng Giám mục Tây Ban Nha năm 1969 về tình trạng bất mãn của các linh mục. Thứ hai là bản thăm dò của Hội đồng Giám mục Canada năm 1971. Thứ ba là công trình nghiên cứu về tình trạng xã hội-tâm lý của các linh mục hồi tục ở miền Đông Hoa Kỳ. Thứ tư là bản điều tra về các linh mục trên toàn quốc do Trung tâm Thăm dò ý kiến Quốc gia thực hiện năm 1971, theo yêu cầu của Hội đồng Giám mục Hoa Kỳ. Tất cả những công trình nghiên cứu này cho chúng ta thấy rõ những lý do chính khiến các linh mục bất mãn: Lo sợ vì đời sống linh mục bấp bênh và đen tối, cảm thấy bất lực trong một số tình huống, thấy mình không còn điều khiển số phận mình được nữa, và cảm xúc cô đơn và vô dụng. Goldin nhận xét rằng việc kết hôn là hậu quả của hồi tục, chứ không phải là nguyên nhân đưa đến hồi tục. Trong số năm linh mục hồi tục và kết hôn, thì có bốn vị kết hôn vì cảm thấy cô đơn và cô lập. Những khó khăn trong đời sống độc thân là dấu hiệu của một cơn khủng hoảng sâu rộng hơn. Muốn kết hôn là hậu quả hơn là nguyên nhân khiến các linh mục ra đi.

Thoái lui xã hội cũng có thể là phản ứng tự vệ của một nhóm: Để tránh né thực tế mâu thuẫn, họ tìm được câu trả lời và giải pháp qua mối tương quan thân thiện trong nhóm, mà không phải đối đầu với thực tế bên ngoài. Về điểm này, Goldin có những nhận định chính xác của về một số nhóm trong Giáo Hội.

b. Manh Động

Theo nghĩa đen, "manh động" có nghĩa là ném, quăng. Đó là một hành động bộc trực, để cho một khát vọng hay một thúc bách vô thức tự phát tuôn trào, để chủ thể khỏi phải nhận ra cảm xúc mà khát vọng và sự thúc bách đó gây ra.

Ở đây chúng ta thấy có một vòng luẩn quẩn giữa tác nhân kích thích và hành động: Sự căng thẳng của chủ thể bùng nổ dữ dội, nhưng chủ thể không thừa nhận mình căng thẳng là do những khát vọng không thể chấp nhận được. Chủ thể giải tỏa căng thẳng bằng một hành động (hay một loạt những hành động với cùng một mục đích), hành động này có tính thúc bách, tức thời và nằm ngoài sự đánh giá của lý trí. Đó là những hành vi xung động và tự huỷ hoại như phạm pháp, ma túy, nổi loạn và bướng bỉnh ngoan cố.

Sau đây là một ví dụ điển hình: Một chàng trai giơ cùi chỏ ra, vì cha mẹ thiếu thông cảm. Qua thái độ khiêu khích đó, anh ta muốn chứng tỏ mình chẳng cần ai. Bằng cách đó, anh ta che đậy cái nhu cầu thầm kín là muốn được chú ý và chăm sóc. Thực tế cho anh ta

thấy anh ta bơ vơ và đói khát, nhưng anh ta khẳng định là mình tự lập. Qua hành vi thì anh ta từ chối, nhưng nhu cầu của anh ta lại kêu gào: Anh ta kêu gào bằng cách từ chối. Sự nổi loạn của anh ta là một nỗ lực (không thành) yêu cầu giúp đỡ nhưng anh diễn tả lời yêu cầu đó qua thông điệp tôi chẳng cần ai. Qua lời nói, anh tuyên bố mình tự lập, nhưng khi đau khổ, anh ta lại yêu cầu được nâng đỡ. Với con mắt thường, chúng ta có thể nói anh ta là một người bạo ngược-vô cảm, nhưng nếu chúng ta tìm hiểu sâu xa hơn, thì anh ta quả là một chú gà con lạc trong sương mù. Một vài công trình nghiên cứu các tội phạm tuổi vị thành niên cũng cho thấy như thế: Hành vi tội phạm, nhất là nơi giới trẻ, có thể liên quan đến một sự chán nản tiềm ẩn, thậm chí mắt thường không thể thấy.

Một vài hành vi của giới trẻ có thể được xem là manh động: ăn mặc có vẻ khiêu khích và phóng khoáng; ăn nói bằng một thứ ngôn ngữ khiêu khích nhằm che đậy sự ức chế sâu kín; phòng trà là giải pháp nhanh để giải tỏa căng thẳng mà khỏi phải đương đầu với các cảm xúc của mình, vì chủ thể sợ thấy cảm xúc đó trong tâm hồn.

Trong công tác mục vụ, chúng ta thường gặp những trường hợp như thế. Chúng ta hãy cố gắng giải mã ý nghĩa tâm lý của sự manh động. Chúng được cấu tạo với ba cấp bậc chồng lên nhau: a) Giải tỏa căng thẳng, b) Giữ cho bản ngã được toàn vẹn, c) Chống lại cảm xúc mà chủ thể không muốn chấp nhận và giải tỏa cảm xúc đó cách ngấm ngấm.

Như vậy, sự manh động phải được giải mã, vì hành động đó chứa đựng nhiều ý nghĩa chồng chéo với nhau.

* Ý Nghĩa Thứ Nhất: Đây là ý nghĩa rõ ràng và mắt thường có thể trông thấy (sự bạo ngược của chàng trai). Anh ta giải tỏa sự căng thẳng thay vì kiểm soát nó. Do là một hành vi xung động (Tôi phải làm như thế), chứ không phải là kết quả của một kế hoạch (Tôi muốn làm như thế). Sự xung động thì cương bách, nó đề phòng và nổi giận chống lại mọi lý lẽ của thực tế. Qua hành vi đó, người manh động cố xua đuổi những cảm xúc mà anh ta không thể chấp nhận, bằng cách tông khứ chúng một cách thô bạo.

* Ý Nghĩa Thứ Hai: (chàng trai sợ chấp nhận sự thật là mình phụ thuộc), ở mức độ sâu xa hơn, anh ta sợ đánh mất bản ngã của mình. Khi giải tỏa căng thẳng, bản ngã tự lừa dối là mình đã được giải thoát và đã tìm thấy một hình thức khác thay cho sự bức bối. Nhờ sự manh động, anh ta cố gắng bảo vệ sự toàn vẹn của mình, bằng cách giải thoát nó khỏi sự căng thẳng.

Với sự bạo ngược, chàng trai tự lừa dối là mình độc lập. Sau khi trút cảm xúc ra ngoài, người trưởng thành cảm thấy mình rần rỗi hơn trước. Người chồng bất lực tự lừa dối mình là một người yêu vĩ đại. Với hành động khiêu khích, kẻ hèn nhát nghĩ mình có quyền

năng phi thường.

* Ý Nghĩa Thứ Ba: Đó là một yêu cầu được nguy trang. Đây là cấp độ sâu xa nhất và là ngòi nổ của sự mạnh động.

Sự căng thẳng, mà chủ thể phải giải toả, phát sinh từ một cảm xúc mà chủ thể không muốn nhìn nhận. Qua ví dụ trên đây, chàng trai không muốn nhìn nhận mình đang khao khát tình yêu và anh ta đã ném nỗi khao khát đó ra ngoài bằng hành động gây hấn. Qua sự ngang bướng, anh ta gửi đi một thông điệp: Đó là lời cầu cứu mà chính anh ta cũng không chấp nhận.

Sự mạnh động cũng giống như thông điệp của người đắm thuyền. Ông viết một thông điệp, nhét vào chai và liệng xuống biển. Tuy nhiên, thông điệp đó lại được viết bằng mật mã, để người gởi khỏi phải chịu trách nhiệm. Thông điệp đó được nguy trang để người gởi khỏi cảm thấy xấu hổ vì yếu đuối. Như thế, ông ta muốn được đáp ứng mà khỏi phải lên tiếng yêu cầu. Nếu lời yêu cầu đó bị lộ diện, ông ta sẽ phủ nhận mình là tác giả lời yêu cầu đó. Thật vậy, khi thông điệp bí ẩn đó được giải mã và được trả lời (khi cha mẹ quan tâm hơn đến chàng trai), thì chủ thể lại phủ nhận và khiêu khích hơn nữa (anh ta tỏ ra ngang bướng hơn vì tức giận). Điều nghịch lý là chúng ta càng hiểu thông điệp của chủ thể bao nhiêu, thì chủ thể càng phủ nhận bấy nhiêu: Bởi vì điều bí ẩn đã bị tỏ lộ. Đó là trường hợp người nghiện ma túy: Khi anh ta nhận ra nhu cầu sâu xa nhất của mình, anh ta quay lại với ma túy, hay anh ta sẽ chuồn vì không muốn nhận sự trợ giúp của người khác và tiếp tục chiếm được tình cảm của người khác mà khỏi phải bộc lộ thâm ý của mình. Với chàng trai ngang bướng, giả như một lúc nào đó anh ta thú nhận sự ngang bướng của mình, thì ngay khi anh nhận thấy mình đã thú nhận như thế, anh liền cảm thấy hổ thẹn và bám chặt vào sự tự ái của mình hơn nữa.

Nếu chúng ta muốn giúp đỡ những người như vậy, chúng ta phải bảo vệ hành vi bí mật của họ: Hãy giúp đỡ nhưng đừng để cho họ biết. Hãy phỏng đoán nội dung thông điệp mà đừng nói công khai, nhất là với tác giả của thông điệp đó. Chúng ta phải chấp nhận giao tiếp một chiều, nghĩa là phải liên minh với đương sự cách bí mật, đừng để cho họ biết và cũng đừng tỏ ra hài lòng vì giúp đỡ họ (nhà huấn luyện không thể làm được điều đó, nếu ông muốn được tán dương khi giúp đỡ người khác). Điều duy nhất mà chúng ta có thể hy vọng, đó là khi người mạnh động bắt đầu tin tưởng người khác, vì biết rằng họ có thể mở lòng mình ra với một ai đó, và khi họ ra khỏi hành vi bí ẩn mà không còn sợ hãi nữa. Bấy giờ, họ có thể đi ngược dòng thời gian: Họ nhận ra tình yêu mà trước đây mình đã từ chối và gánh vác trách nhiệm của mình trong việc đương đầu với thực tế, nhờ việc xử lý khéo léo chứ

không phải nhờ tránh né. Những ví dụ trong lãnh vực này được trình bày khá rõ trong tác phẩm *Tình Yêu Không Đủ* của B. Bettelheim.

c. Phân lập

Đây là một hình thức phủ nhận thức tại khác. Khi đứng giữa những mâu thuẫn của bản ngã, chủ thể phân chia những mâu thuẫn đó ra, nhưng vẫn để cho cả hai hoạt động theo những cách khác nhau.

Để lấy quyết định với tinh thần trách nhiệm, chủ thể phải cân nhắc những chọn lựa khác nhau và lấy quyết định dựa trên sự chắc chắn luân lý chứ không dựa trên sự chắc chắn toán học: Làm như thế ắt sẽ gặp rủi ro; tốt hơn là tách bạch cái thiện và cái ác, cái đẹp và cái xấu một lần cho xong, và như thế là ta an tâm tiến bước. Tác phong này thường gặp trong những môi trường nhất định: Một linh mục theo học thần học để tránh né nhiều hoạt động, trong khi đó lại là nguồn thu nhập của ông. Ông nhận thấy mình không thích hợp với chức vụ linh mục và phải chịu trách nhiệm về sự phân rã nội tâm. Để có một định hướng vững vàng, ông phải hủy bỏ những mâu thuẫn do thực tế tạo ra. Bởi thế, ông chia đôi mọi thực tại thành nhiều mảnh: Một bên là những tình huống hay những người "hoàn toàn tích cực" và bên kia là những tình huống hay những người "hoàn toàn tiêu cực". Bằng cách đó, cùng với thái độ bất khoan dung và võ đoán, ông làm cho thực tại rối rắm trở nên sáng tỏ và rõ ràng, nhờ đó mà ông thấy an tâm. Tách đôi liên quan đến chính bản ngã, như thể ông có hai bản ngã với những cảm xúc tách biệt, nhưng ký ức thì không. Ông thấy mình khi thì "hoàn toàn tốt" khi thì "hoàn toàn xấu". Khi đứng ở thái cực này, ông cũng có thể nhớ đến thái cực kia. Tuy nhiên, trong cảm xúc của ông thì hai thái cực đó không thể hòa nhập: ông có cảm xúc, nhưng cảm xúc của ông không trọn vẹn và do đó mà không gây ảnh hưởng trên cảm nghĩ hiện thời của ông. Ông thiết một cái nhìn thống nhất về chính mình.

Loại tư vệ này cũng liên quan đến những đối tượng bên ngoài. Vì thế, những tình cảm liên quan đến người khác hay hoạt động nào đó bị nhiễu loạn bất ngờ. Một người thánh thiện bỗng trở nên độc ác hay ngược lại. Khi ông căm thù, ông cũng nhớ đến cảm xúc tích cực khác của mình, thế nhưng ông không thể làm cho cảm xúc tích cực đó hòa nhập với cảm xúc tiêu cực hiện nay: "Hôm nay, cô ta lừa dối tôi; đúng là tôi thương yêu cô ta, nhưng điều đó chẳng có nghĩa lý gì nữa: chẳng còn gì giữa hai chúng tôi. Vì yêu mà tôi cưới cô ta, nhưng hôm nay tôi không thể không căm thù cô ta."

Trong cơ bản, ông thiếu khả năng tổng hợp các chức năng của bản ngã: ông không thể làm cho các khía cạnh tương phản hòa hợp với nhau trong sự thống nhất và trọn vẹn. Ai có một khái niệm tích cực về mình và tha nhân thì biết chấp nhận những mâu thuẫn

(ambivalences) và hy vọng là có thể đưa những mâu thuẫn đó vào một tầm nhìn tích cực hơn.

d. Phóng Chiếu

Người ta có thể cảm thấy mạnh mẽ khi đối phó với những nguy hiểm từ bên ngoài, nhưng nếu nguy hiểm phát xuất từ bên trong, bấy giờ sức mạnh của họ gặp khủng hoảng: Họ phải loại trừ mỗi nguy hiểm đó. Họ loại trừ bằng phóng chiếu, tức là biến nguy hiểm bên trong thành nguy hiểm bên ngoài. "Tôi gian dối! Không! Chính anh mới là kẻ gian dối." "Tôi thừa nhận mình ngây thơ, nhưng xem kìa, anh ta gian xảo biết bao." "Nếu tôi phải hành động như thế, ấy là vì cơ chế bắt buộc tôi phải như thế." "Tôi không tố cáo ai, tôi chỉ chống lại kẻ tấn công tôi". Đó là cơ chế hạt bụi - cái xà: Tôi thấy cái xà trong mắt người khác (có thực hay tưởng tượng), nhưng tôi không trong thấy hạt bụi trong mắt tôi, và tôi đâu biết rằng có khi cái xà trong mắt người khác chỉ là hạt bụi trong mắt tôi được phóng đại ra. Quá trình ý hướng bắt nguồn ở đây.

Có hai loại phóng chiếu:

- Phóng chiếu phụ (supplementary): tức là lẩn tránh, không nhìn nhận những xung động mà mình không thể chấp nhận, và gán những xung động đó cho người khác (không phải tôi nóng nảy, nhưng chính anh nóng nảy).
- Phóng chiếu bổ sung (complementary): tức là gán cho người khác những động cơ nhằm biện minh cho sự bất ổn của mình (tôi nóng nảy, nhưng chính anh là kẻ làm cho tôi nóng nảy).

Phóng chiếu là một sự tự vệ tiện lợi, nhưng cũng rất nguy hiểm:

- Nó cản trở việc giao tiếp: Khi chúng ta nhìn người khác xuyên qua cái tôi của mình, chúng ta không thể thấy người khác như họ là. Mỗi quan hệ Tôi -Anh không còn nữa, nhưng chỉ là mối quan hệ Tôi và thành kiến của tôi đối với anh.
- Nó bóp méo thực tại: Thực tại trở nên méo mó vì sự nhận thức chủ quan bị điều khiển bởi định kiến. Vì định kiến, chủ thể buộc phải tìm trong thực tại cái nguyên nhân như mình mong muốn;
- Nó làm cho chủ thể phải cảnh giác quá mức: Sản phẩm của cảnh giác là sự nghi ngờ vô lý, thành kiến, thu giữ những điều ám ức, hiểm thù;
- Đồng hưởng bản ngã (ego-syntonic): Người phóng chiếu không xem phóng chiếu là bệnh lý, cho nên họ không sửa mình, thậm chí không hề ý thức mình đang sử dụng người khác như tấm bình phong. Nếu ai đó lưu ý họ về việc phóng chiếu của mình, kẻ ấy sẽ trở

thành mục tiêu để họ phóng chiếu. Phóng chiếu cũng là một sự tự vệ trên bình diện xã hội. Đó là nguồn gốc của hiện tượng "anh chàng bung xung", mà người ta trút trách nhiệm, sai trái, lỗi lầm và những sự ấu trĩ lên đầu anh. Đó là lý do khiến người ta gay gắt phê phán, vội vàng lên án người khác và bắt bao dung. Phóng chiếu góp phần tạo nên các giáo phái: Chúng ta liên minh với nhau và trút lên đầu người khác những khía cạnh tiêu cực của mình mà chúng ta không thể chấp nhận, để sau đó, chúng ta nhìn những kẻ thù kia với thái độ kẻ cả và thương hại. Kẻ cai trị "cộng đoàn giả và hoang tưởng" là kẻ bị bách hại hay người bách hại: Chúng ta xem những kẻ khác (nhất là những người có quyền bính) là những đối thủ mà chúng ta phải chống lại để tự vệ.

Việc phóng chiếu phát triển trong những điều kiện nhất định: Môi trường sống càng ngày càng phức tạp, ý thức mình bất xứng, tìm sự an toàn để tránh mâu thuẫn và hoài nghi, thiếu khả năng hoàn thành vai trò của mình hay ảo tưởng về cuộc sống. Có lẽ đó là những nguyên nhân khiến loại tự vệ này trở nên khá phổ biến trong xã hội hôm nay.

e. Phủ Nhận

Để xử lý những thực tế đau đớn, người ta phủ nhận những thực tế đó cách vô thức.

Khi một bệnh nhân đau đớn vì khối u, anh ta mơ tưởng là mình mạnh khỏe (phủ nhận trong tưởng tượng). Sau khi được tin về một tai họa bất ưng, ít ra là vào một lúc nào đó, chúng ta tự nhủ: "Tin đó không đúng sự thật, không thể nào xảy ra được." Người ta tránh né những chuyện có thể làm cho mình đau buồn.

Loại tự vệ này hủy bỏ một chức năng quan trọng của bản ngã: Đó là nhìn nhận và kiểm tra sự vật với đầu óc phê bình. Do đó, nếu xếp đặt các hình thức tự vệ theo cấp độ bệnh lý, chúng ta có thể xem sự phủ nhận đối lập với sự lành mạnh. Phủ nhận là loại tự vệ phổ biến nơi bệnh nhân rối loạn tâm thần, chứ không phổ biến nơi người trưởng thành bình thường. Phủ nhận chỉ là sự tự vệ nhất thời nơi người trưởng thành, khi họ phải đương đầu với sự căng thẳng rất khốc liệt. Khi tìm cách đối phó với xung đột, trẻ vị thành niên dần dần thay thế phủ nhận bằng ức chế. Khi đến tuổi trưởng thành, người ta lại thay thế ức chế bằng kiềm chế.

f. Ngưng Kết (fixation)

Trong sự phát triển tinh thần, mỗi người phải trải qua các giai đoạn tiến triển và mỗi giai đoạn có đặc điểm riêng. Khi quá trình phát triển dừng lại - một phần hay toàn diện - tại một giai đoạn nào đó, không vươn tới những giai đoạn cao hơn để hướng tới sự trưởng thành toàn diện, bấy giờ chủ thể bị ngưng kết.

Khi một người đã lớn mà vẫn như trẻ con, ít là trong một vài khía cạnh của nhân cách, bấy giờ ông bị ngưng kết. Lẽ ra ông phải tự lập và sống theo xác tín của mình, nhưng ông lại để những kỳ vọng của kẻ khác điều khiển mình, bởi vì ông sợ bị trừng phạt hay đi tìm sự đền đáp. Chúng ta chờ đợi ông biết đảm nhận trách nhiệm của mình, nhưng sự ngưng kết cứ làm cho ông phải dựa dẫm vào người khác, giao phó những vấn đề của mình cho người khác và hy vọng rằng những vấn đề tự nó sẽ được giải quyết. Người trưởng thành thật sự thì linh hoạt, còn người trưởng thành "ngưng kết" thì ngoan cố và bướng bỉnh như một đứa trẻ mới lên hai hoặc lên ba còn ở trong giai đoạn phủ nhận và không dựa trên suy luận hay thực tế mà thay đổi ý kiến của mình.

Sự ấu trĩ không biểu lộ nơi hình dáng, nhưng nơi động lực cơ bản: Bởi vì hành vi ấu trĩ được lồng trong bối cảnh của một người lớn, cho nên hành vi ấu trĩ của người lớn khác với hành vi của trẻ con. Khi một người trưởng thành làm việc, kinh doanh, thảo luận, phục vụ tha nhân, v.v... ông không cư xử như trẻ con. Tuy nhiên, những động cơ ẩn khuất bên trong thì ấu trĩ: Đó là thói phô trương, chống đối, dựa dẫm...

Trong nhiều trường hợp, chủ thể không sẵn sàng bước sang giai đoạn mới trong quá trình phát triển, hoặc vì sợ khó hoặc vì họ không muốn rời bỏ giai đoạn mà mình cảm thấy rất bình an, hoặc vì thiếu động lực kích thích người ta tiến tới. Cuộc sống buộc chủ thể phải tiến lên phía trước bằng cách này hay bằng cách khác. Tuy nhiên, khi bước lên phía trước, chủ thể vẫn giữ lại một số tác phong ấu trĩ nào đó. Những tác phong này chỉ thích hợp trong một giai đoạn nhất định, chứ không thích hợp trong giai đoạn hiện nay.

Các nhà nghiên cứu nói rằng chỉ 30 - 40% người nam có khả năng tác sinh (generative), và trong 6 người thì có một người còn vướng vào những vấn đề của tuổi vị thành niên. Trong số những người sống đời thánh hiến và linh mục, có 60 - 80% biểu hiện sự bất nhất về ơn gọi, mặc dầu họ có đầu óc lạnh mạnh, thiện chí và ý hướng ngay lành. Sau 4 năm thụ huấn, chỉ có 2% ứng sinh trưởng thành trong ơn gọi. Dưới góc độ luân lý, 213 tổng số người nam vẫn còn suy luận theo não trạng quy ước hay tiền quy ước: hai phần ba gặp khó khăn khi sống theo các giá trị mà mình tuyên khấn. Điều đó khiến chúng ta tự hỏi: Liệu con người mà khoa thần học nói đến có thật sự hiện hữu không?. "Qua dữ liệu của một loạt những công trình nghiên cứu đa dạng, chúng ta thấy rằng tình trạng trên tái diễn một cách khá đều đặn, thậm chí có thể nói là tái diễn một cách đều đều. Khoảng 20% số người trong mỗi nhóm gặp những khó khăn trong đời sống mà người ta thường xem là các triệu chứng tâm bệnh. 60% bộc lộ một mức độ ấu trĩ nào đó, hay phát triển chưa đầy đủ, ảnh hưởng đến sự tự do. 20% được xem là đã khắc phục các nhược điểm tâm lý đang nói ở đây. Các dữ liệu trên đây cho chúng ta có một ý niệm sơ khai về tình trạng đích thật

của "con người hiện đại" vì thế chúng ta buộc phải điều chỉnh một kỳ vọng nhất định của chúng ta. Điều đó muốn nói rằng nhiều người, về mặt này hay mặt khác, bị hạn chế trong việc sử dụng "tự do" vì thiếu quân bình cảm xúc, hay thiếu khả năng đối phó với những vấn đề thực tế của cuộc sống một cách tích cực như chúng ta nghĩ.

g. Thoái Lui

Ngưng kết có nghĩa là cố định, còn thoái lui có nghĩa là quay lui. Chủ thể xử lý các xung đột và thất vọng bằng cách quay về với cách xử lý thô sơ như khi chủ thể còn ở những giai đoạn trước. Ví dụ kinh điển là đưa trẻ trở lại tật đái dầm hay mút ngón tay, khi mẹ sinh em bé hay khi trẻ bắt đầu đến trường. Thông thường, sự thoái lui hình thành dựa trên một sự ngưng kết đã được kiến lập. Nếu trong cuộc sống có một xung đột mà chủ thể chưa giải quyết thích đáng và đã bị bỏ qua, thì khi bước sang giai đoạn kế tiếp, một khó khăn mới có thể tái kích hoạt sự xung đột cũ và vẫn còn âm ỉ. Bấy giờ, chủ thể đối phó với khó khăn mới bằng cách sử dụng những biện pháp của giai đoạn ấu trĩ, là nơi đã phát sinh ra xung đột, hay bằng những tác phong còn thô sơ hơn (hiện tượng ngủ nhiều). Như vậy, những vấn đề tính dục mà chúng ta đã thấy trước, dù trong chốc lát, có thể "biến mất" trong giai đoạn huấn luyện linh mục. Tuy nhiên, các vấn đề đó chưa được giải quyết, vì chúng đã "biến mất". Sau khi ứng sinh hoàn tất chương trình huấn luyện và phải đối diện với những thất vọng và ảo tưởng đủ loại, các vấn đề tính dục đó có thể tái xuất hiện, bấy giờ chúng sẽ trở nên gay gắt hơn. (Vì thế, chúng ta cũng cần đối phó với vấn đề tính dục trong giai đoạn huấn luyện, nhất là khi các ứng sinh không đề cập đến).

Một ví dụ khác: Mỗi giai đoạn phát triển của gia đình đều có những nhiệm vụ mà các thành viên phải chu toàn. Có những nhiệm vụ cụ thể mà họ phải đối phó cách thích hợp: Trong mỗi giai đoạn, chúng ta không thể làm bất cứ điều gì vào bất cứ khi nào, nhưng mỗi việc đều có những thời điểm thích hợp và những thời điểm không thích hợp. Như vậy, quả không lành mạnh về mặt tâm lý, nếu người ta quan hệ tính dục (biểu tượng của mối tương quan vững bền) trước khi thiết lập một tương quan bền vững và lâu dài. Cũng không lành mạnh nếu người ta sinh em bé (biểu tượng của hiệp thông) để bù đắp cho tình trạng thiếu thân mật. Chúng ta cần phải đối phó với mỗi giai đoạn cách thích hợp, kéo gậy thiệt hại cho sự phát triển của giai đoạn kế tiếp. Nếu không, khi chủ thể bước sang giai đoạn kế tiếp, họ sẽ khó chu toàn các nhiệm vụ của giai đoạn này. Để có thể nhìn thấy vấn đề các nhà huấn luyện không nên nhắm mắt làm ngơ, bỏ qua, dễ dãi, hay chờ đợi phép lạ. Những ví dụ khác của việc thoái lui: Đó là luyến tiếc quá khứ vì thiếu khả năng đối phó với thực tế hiện nay, quá khứ đó thường đã được tô vẽ và biến đổi. Nếu một người trưởng thành sống đạo vì những thói quen tôn giáo mà nay không còn thực hành trong môi trường xã hội nữa và muốn

tránh né sự khùng hoảng đó, bấy giờ ông sẽ tránh đương đầu bằng cách tìm đến một nhóm đạo đức để được che chở vỗ về như trong lòng mẹ.

Thoái lui đưa chúng ta trở về quá khứ và sẽ không nguy hiểm nếu sự thoái lui đó chỉ có tính cục bộ chứ không làm sa sút toàn bộ nhân cách. Sự thoái lui có thể giúp chủ thể thích nghi trong mức độ nó là một phương tiện tạm thời nhằm giúp bản ngã phát triển. Trong trường hợp đó, chủ thể thoái lui để định hướng thực tại cách tích cực hơn và tái xác nhận căn tính của mình dựa trên một cơ sở vững chắc hơn. Một vài hoạt động vui chơi của trẻ con có thể hữu ích cho người trưởng thành, miễn là các hoạt động đó chỉ là thứ yếu và nhất thời trong đời sống, và không làm suy yếu lý tưởng. Tuy nhiên, ngay cả trong trường hợp như thế, sự thoái lui cục bộ vẫn có thể lan sang mọi lãnh vực của nhân cách và trở thành một hình thức trốn tránh thực tại hơn là để dẫn thân.

h. Huỷ Bỏ

Huỷ bỏ là hành động vô thức nhằm vô hiệu hóa những hành động mà chủ thể đã thực hiện trước.

Chủ thể cố huỷ bỏ cách hậu nghiệm một hành vi mà mình không thích: Đó là trường hợp chủ thể tưởng nhớ tha thiết người thân đã khuất và quan tâm hết sức đến người đó, bởi vì khi người thân còn sống, chủ thể đã chẳng hề quan tâm. Trong thâm tâm, chủ thể cảm thấy hối hận và sợ bị trừng phạt, sự trừng phạt của chính mình hay người khác. Qua cơ chế tự vệ này, chủ thể cảm thấy miễn trách về những việc mà mình đã làm trong quá khứ. Nếu chúng ta xem bí tích sám hối có khả năng xoá bỏ quá khứ, bí tích đó sẽ mất đi một phần hiệu lực: Khi hối nhân được bảo đảm là đã "sạch tội," người ta có thể cứ tái phạm và không nhận thấy có trách nhiệm phải sửa chữa lỗi lầm đó.

2. Biến Đổi Thực Tế - Những Vấn Đề Về Hình ảnh

a. Toàn Năng

Đó là những ý tưởng kỳ quặc và hành vi bộc lộ tham vọng quyền lực tuyệt đối.

Sự toàn năng biểu hiện như sau: Chủ thể có xu hướng muốn làm những việc vĩ đại, khao khát chiếm hữu các đối tượng nhằm phục vụ cho bản ngã; trong vô thức chủ thể tin mình có quyền được trân trọng và tôn kính; ước muốn nên hoàn thiện và được đối xử như người có đặc quyền đặc lợi và đặc biệt; xu hướng coi thường tất cả những gì che khuất sự an toàn của mình. Trong thâm tâm, chủ thể muốn tránh né sự bất an và tự ti mà mình trải nghiệm. Nhất là chủ thể có thái độ khinh thường: Nếu một đối tượng không còn làm vừa lòng mình nữa thì sẽ bị loại bỏ ngay; trên thực tế, chủ thể không có khả năng yêu thương

đối tượng đó thực sự.

b. Lý Tưởng hóa Sơ Cấp

Đây là một khuynh hướng xem các tình huống, con người hay lý tưởng hoàn toàn tốt đẹp, nhằm vô hiệu hóa các khía cạnh tiêu cực hay những điều mà chủ thể phóng chiếu lên đó.

Ở đây chúng ta nói đến những hình ảnh phi hiện thực trong tâm trí chủ thể: mọi sự đều tốt và uy dũng. Cô gái đang yêu chỉ thấy người mình yêu, và anh ta luôn luôn hoàn hảo. Người linh mục ngây thơ chỉ thấy hoa hồng trong đời sống. Người thanh niên buộc phải nghĩ rằng mọi sự đều ổn thỏa. Đồng hóa với một mẫu gương thì cũng không thực tế như khi cho rằng mình không bị mâu thuẫn.

Lý tưởng hóa ảnh hưởng tiêu cực đến việc hình thành lý tưởng khách quan: Tôi không quan tâm đến lý tưởng mà chỉ quan tâm đến những khía cạnh có khả năng bảo vệ tôi. Bảo vệ tôi khỏi điều gì?

- Lý tưởng hóa bảo vệ bản ngã khỏi bị ô nhiễm vì những hạn chế và khiếm khuyết của thực tế. Khi trông thấy quá nhiều bệnh nhân, liệu tôi còn có thể tin vào sức khỏe nữa không?. Tốt hơn là nên nghĩ rằng mọi người đều khỏe mạnh.

- Bảo vệ lý tưởng của tôi khỏi bị tấn công bởi những cảm xúc mâu thuẫn: Nếu bạn trai tôi là một người tuyệt vời tôi sẽ cảm thấy hạnh phúc khi trao thân cho anh ta. Bây giờ, tôi không còn cô đơn, hoài nghi, lo sợ hay do dự nữa. Sự cao thượng của anh ta làm cho tôi hết hoang mang.

- Bảo vệ cảm nghĩ toàn năng của tôi: Với lý tưởng toàn năng, không gì có thể ngăn cản tôi được.

Nói cách khác, chủ thể phải xem mọi sự đều tốt đẹp, nếu không thì những tư tưởng mâu thuẫn về cuộc sống có thể làm cho họ cảm thấy yếu kém và hoài nghi khi đối diện với những cảm xúc mâu thuẫn: Tôi có thể đứng vững không? Nếu tôi biết các nhược điểm của người thân, liệu tôi còn kính trọng họ nữa không? Nếu tôi nhận ra các khuyết điểm của mình, liệu tôi có thể xem mình là người đáng trân trọng nữa không? Nếu bạn trai tôi có những điểm đáng ghét, liệu tôi có thể chấp nhận anh ta hay tôi sẽ giận ghét anh ta?

Với lý tưởng hóa thông thường, thì những cảm nghĩ mâu thuẫn đó vẫn tồn tại. Bởi vậy, lý tưởng hóa không làm cho chúng ta hết lo ngại trong việc đối phó với những mâu thuẫn đó: Chúng ta vẫn phải đối diện với những nguy hiểm. Ngay cả khi chúng ta tin vào lý tưởng, thì khi va chạm với thực tế (nhất là giữa những khía cạnh tương đương) chúng ta đứng trước

hai khả năng: Đòi mới niềm hy vọng hay rơi vào sự hoài nghi. Những hạn chế có thể trở thành vật cản hay cơ hội giúp chúng ta dần thân với một tinh thần mới. Việc lý tưởng hóa sơ cấp làm cho chúng ta ảo tưởng là sẽ không bao giờ có nguy hiểm nữa. Rõ ràng là chúng ta sẽ không thể đứng vững trước những thử thách của thời gian và ảo tưởng. Việc lý tưởng hóa sẽ dẫn chúng ta đến việc tự lừa dối.

Trên bình diện xã hội, cơ chế tự vệ này là nguyên nhân khiến các thuộc hạ lệ thuộc vị lãnh đạo của họ quá mức. Nhà lãnh đạo được xem như một thượng cấp toàn năng; chúng ta ngồi dưới chân ông, chăm chú lắng nghe để khỏi phải động não. Chúng ta để cho vàng thái dương của ông thiêu đốt chúng ta, và biến sự lười biếng của chúng ta thành nhân đức. Chúng ta chẳng làm gì mà vẫn cảm thấy hài lòng, bởi lẽ chúng ta chất mọi nhiệm vụ lên vai người lãnh đạo. Chúng ta nâng mình lên cao mà chẳng phải nỗ lực hay vất vả gì; chúng ta đón nhận thánh ý Thiên Chúa đã được dọn sẵn từ tay "Cha". Qua sự nhất trí của cộng đoàn, chúng ta càng xác tín hơn là phải lên án bất cứ ai có những tư tưởng khác với vị thủ lãnh. Đó là một nhiệm vụ quan trọng nhằm phụng sự chân lý. Muốn tìm hiểu đề tài này, các bạn hãy đọc những đoạn C.G. Jung nói về việc bản ngã hòa tan trong tâm thức tập thể.

Những ví dụ hiển nhiên khác: Sự cuồng dại của tình yêu nóng bỏng hay một vài giá trị Kitô giáo được lý tưởng hóa để làm phương dược chữa trị căn tính mong manh của mình.

c. Chống Lại Bản Thân

Khi chủ thể không thể bộc lộ những xung động ra ngoài được (thường có tính gây hấn), người ta lại chĩa những xung động đó về mình.

Đây là phản ứng đối nghịch với sự phóng chiếu: Chủ thể tự trách để nhọc mại bản thân, buộc mình phải chịu thiếu thốn để tự trừng phạt, cảm thấy đáng trách vì những chuyện không nên, bối rối một cách vô lý, xét mình một cách bất tận. Tất cả những biểu hiện đó cho thấy chủ thể đang chống lại chính mình. Đó là cái lô-gíc "vì tôi không thể làm được gì, tôi sẽ bào mòn bản thân từ bên trong." Loại tự vệ này ẩn chứa một sự vị tha giả tạo: Vì chua cay với bản thân, nên chủ thể quan tâm đến tha nhân quá mức, luôn luôn nhượng bộ và không bao giờ đòi hỏi điều gì cho mình, chuyên chăm làm những công việc hời hợt mà quên đi những nhiệm vụ quan trọng hơn. Đó không phải là sự xả kỷ đích thật, bởi lẽ trong thâm tâm chủ thể giận ghét mình, hay sợ không thể kiềm chế tính gây hấn của mình khi giao tiếp với người khác. Chúng ta không nên lẫn lộn cơ chế tự vệ này với sự khiêm tốn chân thành.

d. Tưởng Tượng Rút Lui (Schizoid Fantasy) (compensation in fantasy: bù trừ bằng tưởng tượng)

Đây là xu hướng lạm dụng trí tưởng tượng và rút lui vào sự tự kỷ, nhằm giải quyết hay thỏa mãn một sự xung đột (ví dụ xung đột gây hấn hay tính dục).

Nhờ tưởng tượng, chúng ta có được cảm giác hài lòng mà mình không thể có trong đời sống thực tế. Chúng ta biến đổi thực tế, bằng cách thích ứng thực tế cho phù hợp với ước muốn của chúng ta. Qua phim ảnh hay truyền hình, chúng ta thấy thực tế đã được biến đổi một cách giả tạo: Phim ảnh và truyền hình lôi cuốn chúng ta, bởi vì chúng ta có thể tạm ẩn trú trong thế giới ảo và tìm thấy sự thỏa mãn ảo trong thế giới đó.

Trong cuộc sống người trưởng thành (khác với trẻ con, việc thỏa mãn bằng tưởng tượng không phải là vô hại: Tưởng tượng và thực tế không tương hợp với nhau; cuộc sống chỉ có chỗ cho một trong hai mà thôi. Ngoài chức năng sáng tạo, trí tưởng tượng của người trưởng thành không thể vượt ngoài chức năng giải trí nhằm thư giãn trong chốc lát.

e. Lối Tư Duy Ma Thuật

Người ta quả quyết hay tin rằng "có một mối quan hệ nhân quả giữa một vật thể hay hành vi hữu hình và những vật thể khác thuộc cấp bậc cao hơn (luân lý, tâm linh). Người ta có được những vật thể cao hơn này mà không cần phải nỗ lực cách tương xứng."

Quảng cáo là một ví dụ. Quảng cáo mời mọc đưa trẻ: Nếu bạn mua đồ chơi này (cấp bậc hữu hình), bạn sẽ trở thành nhà vô địch đua xe mô-tô (cấp bậc lý tưởng). Đưa trẻ mua và nghĩ rằng mình là nhà vô địch. Cảm nghĩ đó giúp cậu trốn tránh nỗi khó nhọc của kẻ muốn trở thành nhà vô địch. Đối với người trưởng thành, quảng cáo làm cho ông có cảm giác được trân trọng, nếu ông mua một chiếc xe hạng sang; mang lại cho ông niềm vui nếu ông uống một ly cà phê nào đó; làm cho ông cảm thấy thành công trong tình đời, nếu ông sử dụng một loại nước hoa nhất định, và làm cho ông cảm thấy gia đình hòa hợp nếu ông mua một chai sâm banh.

Hình thức tự vệ này cũng có thể làm cho những việc đạo đức mất ý nghĩa: Người ta thấy một mối quan hệ nhân quả, mà không phải lúc nào người ta cũng ý thức, giữa việc chịu lễ (Thánh Thể) và một kết quả kỳ diệu trên bình diện hữu hình (thi đậu), giữa một dấu chỉ hữu hình (xưng tội mà không có lòng sám hối) và hoa quả thiêng liêng (có một sự lẫn lộn ít nhiều giữa sự lành mạnh tâm lý với ơn tha thứ của Thiên Chúa và đòi hỏi phải chừa tội).

Tư duy ma thuật là một hình thức ấu trĩ của người trưởng thành: Trẻ con không giải thích thực tại với lô- gic của người trưởng thành. Giữa lối suy nghĩ ấu trĩ và tư duy của người trưởng thành không chỉ có sự khác biệt về cấp bậc, mà chúng là những hệ thống suy luận khác nhau. Với nguyên lý nhân quả ấu trĩ, có một sự tương tác trực tiếp giữa tư tưởng

và sự kiện. Đưa trẻ tin rằng nó có thể tác động trên sự kiện, biến đổi thực tại hay mối quan hệ giữa các sự vật bằng sức mạnh tư tưởng. Do vậy, nếu người trưởng thành vẫn còn suy luận với nguyên tắc nhân quả ấu trĩ, thì tư duy tức là hành động: Chỉ cần suy nghĩ là người ta có thể thay đổi thực tại mà chẳng cần nhờ đến một hành động trung gian thích đáng. Chúng ta hội họp, thảo luận vấn đề, lên kế hoạch, đưa ra văn kiện, nhưng cuối cùng thì mọi sự đều được đưa vào văn khố, và vấn đề vẫn không thay đổi, song chúng ta tin rằng chúng ta đã làm việc chúng ta phải làm.

Khi người ta đương đầu với một hoàn cảnh bế tắc và thất vọng, nếu sự khó khăn càng lớn thì người ta càng mong đợi một giải pháp thần diệu. Các giải pháp thần kỳ xuất hiện vào lúc chúng ta không thể giải nghĩa, hiểu hay kiểm soát thực tại nhất định. Con người hiện đại tự hào vì cái lô-gíc khắt khe trong kinh doanh, nhưng lại phó mình cho phép kỳ diệu khi họ đối diện với các vấn đề tâm linh. Ngay cả trong thời đại vi tính, con người cũng không ngừng bị quyến rũ bởi mê tín và chiêm tinh, tử vi và khoa huyền bí.

Ngoài tình huống mập mờ, lối tư duy ma thuật cũng liên quan đến cấu trúc nhân cách: Sự mất cân đối giữa các nhu cầu và thực tại càng lớn, người ta càng tìm đến hình thức tự vệ này. Nếu sự bất nhất trong một số lãnh vực khiến cho chủ thể phải hoạt động ở cấp bậc thấp, thì khi họ lấy quyết định trong những lãnh vực đó, chắc chắn họ phải đối phó với tình huống đó ở cấp độ cảm tính. Vì không thể tìm thấy một giải pháp hợp lý cho những lãnh vực gây xung đột, họ sẽ chờ đợi điều kỳ diệu. Nếu sự xung đột nằm trong tầng vô thức, thì họ càng mong chờ điều kỳ diệu hơn nữa: Các nhu cầu càng mãnh liệt và tiềm tàng, thì họ càng nhờ đến sức mạnh của trí tưởng tượng để đối phó với thực tại.

Sau đây là câu chuyện của một tập sinh trẻ vào đêm trước khi tuyên khấn. Quyết định tuyên khấn thường tạo ra nhiều căng thẳng cảm xúc liên quan đến tình cảm và gây hấn. Quyết định sống khiết tịnh thường phục hoạt vấn đề cô đơn; đức tuân phục thường làm cho anh cảm thấy khó tương quan với bề trên hơn bao giờ hết. Nơi anh, hai lãnh vực tình cảm và quyền bính chưa được giải quyết thích đáng. Tới lúc này, thay vì đương đầu với hai vấn đề đó anh nhờ đến giải pháp thần kỳ: "Tôi sẽ nhảy đại xuống hào và tuyên khấn, như thế tôi sẽ không còn cảm thấy khó chịu nữa." Hai ngày sau, một kỳ vọng thần kỳ khác xuất hiện: "Tôi sẽ để bề trên quyết định; tôi chán ngấy với việc tìm kiếm động lực; và ngay cả khi tôi cố ý tìm kiếm động lực, và khi đã thấy rồi thì động lực đó có vẻ không thật và gượng gạo." Ba ngày sau, một giải pháp thần kỳ khác: "Khi tôi rời chủng viện, mọi chuyện sẽ được giải quyết". Tiếp theo là những giây phút ảo tưởng: "Các vấn đề của tôi bắt nguồn từ môi trường, khi tôi chịu chức linh mục mọi sự sẽ khác". Và cuối cùng là ảo tưởng kinh điển cho rằng kinh nghiệm sẽ giải quyết được mọi sự: "Tôi sẽ đi truyền giáo một năm và sau đó tôi

sẽ thanh thản". Không có khả năng đối diện với thực tế, anh xa rời thực tế với những chọn lựa phi thường.

Qua ví dụ trên đây, chúng ta thấy việc quyết định càng hệ trọng thì càng liên lụy đến toàn thể nhân cách và khả năng cậy dựa vào lối tư duy thần kỳ càng lớn. Kinh nghiệm cho chúng ta thấy điều đó: Quyết định càng nghiêm trọng thì khả năng đối phó một cách ảo tưởng và ấu trĩ càng lớn. Để tổ chức đời sống hàng ngày, người ta dùng lý luận, nhưng để chọn lựa một lối sống, người ta sử dụng khả năng tưởng tượng. Điều đó quả phi lý, nhất là khi người ta lấy những quyết định nghiêm trọng.

3. Giải Thích Lại Thực Tại - Những Vấn Đề Liên Quan Đến Lòng Tự Trọng

a. Cố Tạo Phản Ứng

Chủ thể biểu lộ suy nghĩ, tình cảm hay hành vi dưới hình thức hay chiều hướng hoàn toàn đối nghịch với sự thúc bách tiềm ẩn mà chủ thể không thể chấp nhận.

Ví dụ: Biểu lộ một bộ mặt quá nhân từ đối với một người xấu xa, hết sức tự mãn đối với kẻ làm phiền chúng ta, làm cho người thân cận ngộp thở vì quá nhiều thuốc men khi họ yêu cầu chữa trị, che đậy sự lo sợ bằng thái độ cao ngạo, mạnh mẽ công kích một vài thói xấu vì sợ tiêm nhiễm hơn là vì yêu mến sự thật hay sự thiện. Hình thức tự vệ này biểu hiện qua những cái "quá nhiều".

Chủ thể suy nghĩ, cảm nhận và làm những việc đối nghịch với điều mình muốn suy nghĩ, cảm nhận và hành động. Hình thức tự vệ này cũng được gọi là biến thành điều trái ngược: Khi chủ thể cảm thấy thúc bách mà mình không thể chấp nhận, họ sẽ hành động ngược lại với sự thúc bách. Bởi vậy, đó là một hành vi cưỡng điệu và cưỡng ép. Sự tự vệ này có nhiệm vụ làm cho chủ thể tin rằng họ không nhượng bộ sự thúc bách, trái lại họ cực lực chống lại sự thúc bách.

Hành vi bên ngoài thì đúng, nhưng bên trong thì thiếu xác tín. Chủ thể biểu lộ những điều mà trong thực tế họ không cảm nhận: Họ thích ứng với những tiêu chuẩn xã hội và tìm kiếm sự tán thành của người khác, nhưng vẫn muốn được tự do không bị ràng buộc bởi những tiêu chuẩn đó. Cơ chế tự vệ này cũng thuộc vô thức; chủ thể không hề nhận ra những cảm xúc khó chịu mà mình muốn chống lại. Tuy nhiên, họ nhận biết hành vi phản ứng của mình: Họ có thể nhận biết mình đang giả vờ có những thái độ mà tự thâm tâm mình không cảm nhận. Việc cố tạo phản ứng làm cho chúng ta thích nghi tốt với xã hội, nhưng khi hệ thống an toàn gặp khủng hoảng hay sự kiểm soát của xã hội lơ lửng, cơ chế tự vệ này sẽ có nguy cơ sụp đổ. Đó là lý do tại sao chúng ta hoảng sợ trước những "thay đổi bất ngờ":

Khi cái vẻ bề ngoài không còn nữa, hệ thống tự vệ sẽ sụp đổ". Bảy giờ bản chất đích thật mà trước đây chủ thể phủ nhận sẽ bùng phát vượt ngoài tầm kiểm soát của mình.

Chúng ta lẫn tránh điều gì? Chúng ta lẫn tránh bất cứ nhu cầu nào, đặc biệt các nhu cầu sau đây:

- Gây hấn: Vì không đủ khả năng xử lý sự thúc bách mà xã hội không chấp nhận, chúng ta trở nên nhu nhược và dễ dãi quá mức; đùm bọc người khác quá mức đến nỗi trở thành kẻ xâm phạm; lịch thiệp quá đáng khiến kẻ khác ngại ngùng. Nếu không, nhu cầu gây hấn có thể biến chúng ta thành kẻ độc đoán, khi một sự mâu thuẫn nhỏ cản rút chúng ta.

- Lệ thuộc tình cảm: Chúng ta che đậy nhu cầu yêu thương bằng một hành vi hoàn toàn trái nghịch: Dửng dưng ngạo ngễ, giả vờ thiếu nhạy cảm và đáng vẻ lạnh lùng. Kẻ đối khát tình yêu thì dựng lên một bức tường lạnh lùng nhằm ngăn chặn mọi sự trao ban tình yêu, nhưng sau đó họ lại âm thầm cố chiếm cho được tình yêu đó mà không để ai biết.

- Tính dục: Vì sợ sa ngã, chủ thể có những hành vi khắt khe và cứng nhắc, loại trừ mọi hình thức thân mật vì không xứng đáng với con người. Điều đó dễ gây có xúc phạm. Họ quá khắt khe, bởi vì lòng họ đầy dục vọng. Họ không muốn tỏ cho người khác biết điều đó, thậm chí không muốn nghe nói về chuyện đó. Thật vậy, họ sợ tính dục quá đáng, bởi vì họ không thể làm cho tính dục hòa nhập với khái niệm bản thân của mình.

- Bất an: Vì sợ phạm tội, chủ thể trói mình vào các bổn phận mà lẽ luật yêu cầu. Sợ đức tin lung lạc, họ trở nên giáo điều. Sợ đồng tính luyến ái, họ phóng đại những đặc tính nam nhi. Sợ chứng lãnh cảm, họ buông thả trong thái độ quyến rũ. Họ phóng đại khía cạnh này vì sợ khía cạnh kia có thể nổi lên. Tuy nhiên, sự bất an là khía cạnh nổi bật hơn cả.

b. Bù Trừ

Chủ thể nỗ lực phát huy những điểm mạnh làm đối trọng với các nhược điểm thể lý hay tinh thần (có thật, hay tưởng tượng).

Bù trừ tuy cùng loại với cố tạo phản ứng, nhưng khu biệt với cố tạo phản ứng. Bù trừ liên quan trực tiếp đến lòng tự trọng kém cỏi. Bù trừ là phương thể tự vệ chống lại cảm nghĩ tự ty. Người lừng gù không thể thay đổi dị dạng của mình, nhưng ông có thể trở nên kẻ uy quyền dưới cái bóng ngai vàng. Với râu ria, dày dếp và trang phục hợp thời, người ta che đậy cảm nghĩ tự ty vì nhược điểm thể lý và xã hội. Ở cấp độ cao hơn, sự thành công khi làm việc hay học hành cũng có thể là mục tiêu của việc bù trừ.

Đó cũng là trường hợp của Demostenes. Theo truyền thuyết, ông đã quyết chiến với tật nói cà lăm và đã trở thành nhà hùng biện. Hay một cô gái xấu xí phát huy khía cạnh tinh

thần để lôi cuốn người khác. Không phải mọi sự bù trừ đều là phản ứng tự vệ, nhưng chúng cũng có thể là phương tiện để thích ứng với thực tế tốt hơn. Trong trường hợp đó, chủ thể không chỉ phấn đấu chống lại các nhược điểm bẩm sinh, mà còn muốn biến các nhược điểm đó thành nguồn sức mạnh. Nếu không được, họ không hề thất vọng, bởi lẽ họ đã biết phát huy những niềm vui khác. Sự khác biệt cơ bản là: Những hoạt động mà chủ thể làm để bù trừ, thì một lúc nào đó, có thể được thực hiện vì giá trị nội tại của chúng và hướng tới một mục đích hoàn toàn khác với mục đích bù trừ lúc ban đầu (đó là lý thuyết của Allport về sự độc lập chức năng của động cơ mà chúng ta đã nghiên cứu).

Ngày nay, sự bù trừ đóng một vai trò quan trọng trên bình diện xã hội. Khi người ta đánh giá con người dựa trên địa vị xã hội, bấy giờ địa vị xã hội có thể trở nên một hình thức bù trừ. Người ta che đậy sự vô nghĩa dưới lớp vỏ phô trương, nổi tiếng và danh dự. Phản ứng tự vệ đó cũng có mặt trong lãnh vực tôn giáo: Để bù trừ cho những cam kết lỗi thời vẫn được duy trì trong đời sống hàng ngày (đúng hơn là thiếu khả năng làm cho những cam kết có ý nghĩa), người ta dấn thân điên cuồng trong các hoạt động của Giáo Hội hay xã hội.

c. Hợp Lý Hóa

Lý trí có nhiệm vụ giúp chúng ta thích ứng với thực tại tốt hơn, bằng cách giúp chúng ta hiểu những điều đang xảy ra, kích thích chúng ta điều chỉnh những ý tưởng sai lạc và giúp chúng ta đáp lại thực tế cách thích đáng. Tuy nhiên, nếu chúng ta sử dụng lý trí để tự vệ, thì hậu quả sẽ khác: Chúng ta cố gắng làm cho thực tế thích ứng với thúc bách hay niềm tin của mình. "Lý luận là khám phá lý do thật sự của hành vi; còn hợp lý hóa thì tìm kiếm lý lẽ khả dĩ biện minh cho việc chúng ta làm."

Hợp lý hóa là đưa ra những lý lẽ hợp lý để biện minh cho ý kiến hay hành động của mình: Bằng cách đó chúng ta lờ đi những động cơ thúc đẩy mà chúng ta không muốn chấp nhận, trong khi những động cơ này mới là nguyên nhân đích thật. Hợp lý hóa là biện minh hậu nghiệm cho một hành động, qua một tiến trình lô-gic và hợp lý.

Với cái lô-gic "chẳng đánh được, tha làm phúc," chúng ta hợp lý hóa từ những chuyện tầm thường đến những huyện cao thượng. Chúng ta cho rằng mình cáu kỉnh là thời tiết nóng bức. Chúng ta lấy lý do bận công tác để tránh né nhiệm vụ. Đứa con trai chúng ta cư xử thô bạo với bạn bè, nhưng chúng ta lại bảo "đó chỉ là chuyện vặt của bọn trẻ." Chúng ta không muốn đi họp, nhưng lại nói "xin lỗi, tôi đến trễ vì kẹt xe," v.v... Ở cấp độ cao hơn, chúng ta xây dựng những ý thức hệ tinh tế hơn: Chúng ta nghĩ mình là chiến sĩ bên vực người nghèo, nhưng động cơ thực sự là trút giận lên người giàu. Chúng ta chủ trương phải sẵn sàng với tha nhân để biện minh cho sự sợ hãi khi phải bày tỏ lập trường. Chúng ta ủng hộ

thuyết quân bình biện chứng, nhưng trên thực tế chúng ta sợ bị tẩy chay bởi những người mà chúng ta cho là quan trọng.

Vấn đề ở đây là chúng ta bảo vệ những nguyên tắc mà chúng ta chưa tiêu hóa thực sự. Thế nhưng, chúng ta lại dựa vào những nguyên tắc đó để che đậy những động lực mà chúng ta không thể chấp nhận. Làm như thế không phải là đi tìm sự thật, nhưng là tự vệ. Vì thế, chúng ta đề cao lý tưởng một cách cứng nhắc và bất khoan dung. Chúng ta không thấy được những lý lẽ đối lập bởi chúng có thể làm tiêu tan cái kết luận bất khả xâm phạm của chúng ta. Khi chúng ta sử dụng sự hợp lý hóa để tự vệ, rốt cuộc chúng ta sẽ tin những lý do của mình là thật. Do vậy, hợp lý hóa là một sự tự vệ rất hữu hiệu: Nó làm cho chúng ta an tâm với những ý định và động lực của mình. Nó che giấu sự thật, nhưng lại làm cho lương tâm bình an bằng cách loại bỏ khả năng phê phán. Che đậy sự thật có thể đưa đến một sự báo thù ác nghiệt: Nó tạo nên những con người không đáng tin và những tay bịp bợm ti tiện.

d. Trí Thức Hóa

Ở đây chủ thể cũng sử dụng lý trí để tự vệ, nhưng ít tinh vi hơn. Trí thức hóa là một cách tránh né vấn đề thực tế bằng cách đối phó với nó trên bình diện lý thuyết. Người ta kiểm soát những tình cảm và thúc bách bằng những suy tư trừu tượng hơn là dựa vào kinh nghiệm. Đó là tình trạng tư tưởng thì quá dồi dào mà cảm xúc lại không có.

Giữa chúng ta có điều gì bất ổn phải không? Nói đến chuyện đó sẽ làm cho chúng ta nổi nóng, bởi vậy đừng nên đưa ra thảo luận mà chỉ nên trao đổi về thần học đời sống cộng đoàn. Tôi gặp khó khăn về đời sống tình cảm. Tôi để nó sang một bên và xây dựng một lý thuyết về tình cảm. Ở đây, chúng ta tránh né những cảm xúc hay vấn đề gây lúng túng bằng cách ẩn núp dưới bóng những khái niệm tri thức, vốn trung tính về phương diện cảm xúc. Dĩ nhiên là khi tìm hiểu về mặt lý thuyết, một cách nào đó chúng ta cũng thấy được nguyên nhân của vấn đề mà chúng ta chưa giải quyết.

e. Cách Ly

Khi một phản ứng xúc động và nguy hiểm xuất hiện, chủ thể tránh né bằng cách tập chú vào khía cạnh nhận thức hay khía cạnh vô cảm của ước muốn và thúc bách, chứ không chú ý đến khía cạnh cảm xúc.

Khi chủ thể nghĩ rằng nếu họ không bị chi phối bởi cảm xúc, họ có thể nắm bắt thực tế tốt hơn; bấy giờ họ xem mọi sự chỉ là đối tượng của kiến thức và nghiên cứu. Tình cảm bị cách ly. Những sự kiện nóng bỏng đều được làm nguội trong một bối cảnh khách quan và lạnh lẽo bấy giờ chỉ còn khía cạnh tri thức mà thôi. Sau khi chúng ta tách rời hành vi khỏi

nguồn cảm xúc của nó, hành vi đó sẽ được trí thức hóa. Ảo tưởng đó xuất hiện trong những hoàn cảnh nhất định: Người ta lẫn lộn giữa sự nguội lạnh với an toàn, thiếu cảm xúc với tính khách quan, sợ nghi nan và thiếu kiên định với đức tin kiên vững, sự hiểu biết thuần lý về Thiên Chúa với kinh nghiệm về Thiên Chúa.

Giống như những sách lược tự vệ khác, cách ly cũng có tác dụng trên bình diện xã hội. Người ta bàn luận về các đề tài sáo rỗng và vô hại (thời tiết, chính trị hay tin tức) và công chúng tiếp nhận những bài diễn văn đó để từ chối những vấn đề nóng bỏng một cách có hệ thống.

Chúng ta thường cách ly với cảm xúc để tìm ra những lối thoát trên bình diện tri thức (thường tích cực). Sự cách ly có lợi điểm sau đây: Khi chủ thể không bị rối trí vì cảm xúc, họ có thể tập trung vào những đối tượng nghiên cứu, trở nên lãnh đạm đối với những cơn cám dỗ và giữ được sự bình an nội tâm. Tuy nhiên, sự khách quan đó được xây dựng dựa trên cơ chế lẫn tránh chứ không dựa trên sự toàn nhập cảm xúc. Vì thế, họ không thể thông cảm với những nhược điểm của người khác. Nếu một cảm xúc bị nhốt kín cho đến khi cái vỏ che chắn bị mở toang, thì đó là dấu hiệu của sự đổ vỡ.

f. Chuyển Vị

Chuyển vị là hướng tình cảm về một đối tượng không thích hợp. Mặc dầu đối tượng đã thay đổi, nhưng tính chất bản năng của tình cảm và mục tiêu của tình cảm vẫn không thay đổi. Qua chuyển vị, chúng ta biểu lộ tình cảm (mà trước đây chúng ta dành cho đối tượng đầu tiên) cho một đối tượng thay thế, đối tượng thay thế thì trung lập hơn đối tượng đầu tiên. Đối tượng thay thế được xem như biểu tượng của đối tượng đầu tiên.

Ví dụ: Một công nhân trút giận lên người vợ, bởi lẽ ông ta đã không thể bày tỏ tức giận với ông giám đốc. Sau đó, người vợ không thể phản công, cho nên bà trút giận lên đứa con, và đứa con lại trút giận lên người bạn. Cha mẹ bực bội vì công việc, nổi cáu với đứa con bằng cách trút vấn đề hôn nhân lên đầu nó: Mối nguy hiểm của hai vợ chồng tạm thời được giải tỏa, nhưng đứa con bị tác hại. Trong dây chuyền những xung đột, người đau khổ nhất là người yếu đuối nhất về mặt tâm lý.

Vì cơ chế tự vệ này, cho nên khi chúng ta làm mục vụ, chúng ta phải phân biệt vấn đề thật sự và vấn đề biểu hiện bên ngoài. Điều đó không muốn nói vấn đề biểu hiện bên ngoài là không có thật, nhưng chỉ muốn nói vấn đề đích thật hay chính yếu được che đậy dưới vấn đề biểu hiện bên ngoài. Ví dụ kinh điển là vấn đề quan hệ tính dục tiền hôn nhân: Vấn đề ở đây có thể là sự khó khăn trong đối thoại giữa hai người nam nữ; một điều khá chính xác là việc quan hệ tính dục tiền hôn nhân thường bắt đầu khi mối tương quan bị khủng hoảng.

g. *Ức Chế (Thủ tiêu)*

Ức chế là loại trừ những nội dung tinh thần (tư tưởng hay sự thúc bách) khỏi vùng ý thức để chủ thể khỏi bị xao xuyến. Chủ thể loại trừ nội dung mà mình ý thức (ức chế thứ cấp), hay bóp chết những ý nghĩ hay cảm xúc trước khi chúng đi vào vùng ý thức (ức chế sơ cấp). Do đó ức chế là một cơ chế tự động và trước khi nội dung bị ức chế, chủ thể đã không đánh giá được nội dung đó.

Chúng ta thường ức chế những gì đối nghịch với những khuynh hướng chủ đạo của nhân cách mà chúng ta ý thức, những gì đối nghịch với điều mình khao khát, đối lập với những lý tưởng và nhu cầu, và những gì có thể làm sụp đổ hình ảnh tích cực của mình. "Hay quên" vì ức chế là một hình thức tự vệ đặc biệt, bởi lẽ chủ thể thường phủ nhận sự ức chế đó bằng một hành vi biểu tượng. Thế nhưng, hành vi biểu tượng đó lại cho thấy sự ức chế không hẳn là sự "hay quên." Ức chế thì giống phủ nhận về mặt tiến trình, chứ không phải về mặt nội dung. Thật thế, khi phủ nhận, chủ thể biến đổi thực tại bên ngoài chứ không biến đổi thực tại bên trong.

Freud giải thích sự ức chế như sau: Một kinh nghiệm hay một loạt những kinh nghiệm đau thương (thường xảy ra vào thời thơ ấu hay có liên quan đến tính dục) bị bỏ quên hay bị ức chế, vì chúng gây ra đau đớn và không được chấp thuận. Tuy nhiên, cảm xúc phản kích liên quan đến tính dục không thể dập tắt và dấu vết của chúng vẫn tồn tại trong vô thức dưới dạng ký ức bị ức chế. Những ký ức đó có thể tồn tại mà không gây nên hậu quả gì cho đến khi chúng được hồi sinh nhờ một biến cố đang xảy ra (chẳng hạn sự ảo tưởng). Bấy giờ, khi biện pháp ức chế trở nên suy yếu, chủ thể cảm nghiệm "sự trở lại của cảm xúc ức chế" (như cách nói của Freud) mà không hề hay biết. Sự phản kích tính dục đầu tiên hồi sinh và tìm cách biểu lộ dưới dạng những triệu chứng nhiễu loạn thần kinh. Sự ức chế và sự trở lại của cảm xúc ức chế là những sức mạnh mâu thuẫn: Nội dung bị ức chế đấu tranh để biểu lộ ra ngoài và chống lại sự phản kháng của bản ngã, bởi vì bản ngã muốn kiểm soát nội dung đó.

Hình thức "ức chế-loại trừ" giữ một vị trí khôn sánh trong những hình thức tự vệ. Nó có thể kiểm soát những thúc bách mãnh liệt mà các biện pháp khác tỏ ra không hiệu quả. Mọi biện pháp tự vệ khác phụ thuộc hình thức tự vệ này, bởi vì biện pháp này được chủ thể sử dụng để củng cố và duy trì sự ức chế. Điều chúng ta ức chế thì không tan biến, nhưng chỉ ngời ngoai. Chúng ta không thể để một cái giỏ đang cháy vào tủ mà không gây tác hại được. Để những cảm xúc ức chế không hồi sinh. Chúng ta cần những biện pháp tự vệ khác. Theo nghĩa này, sự ức chế là mẹ của mọi hình thức tự vệ.

4. Chấp Nhận Thực Tế - Khả Năng Sáng Tạo (Những cơ chế kiểm soát và bảo vệ)

a. Kiểm Chế

Đó là quyết định có ý thức hay bán-ý thức, qua đó chúng ta không muốn chú ý đến những thúc bách hay xung đột mà chúng ta ý thức; đồng thời chúng ta kiểm soát hay vô hiệu hóa những ý nghĩ, thúc bách và cảm xúc không phù hợp với lối sống mà chúng ta tự do chọn lựa.

Trong ức chế, chủ thể loại trừ nội dung ức chế cách vô ý thức; còn trong kiểm chế, chủ thể muốn loại trừ với tất cả ý thức và cố ý. Chủ thể tự hoãn, nhưng không lẫn tránh. "Ngày mai tôi sẽ suy nghĩ về điều đó," và ngay mai tôi nhớ thực hiện điều đó. Chủ thể kiểm soát chứ không giả vờ loại bỏ. Kiểm chế mang lại lợi ích cho sự phát triển, bởi vì nó giúp ích cho việc thiết lập chương trình. Chúng ta loại bỏ những gì không nằm trong khung tác phong của mình và sẽ không gây nên bất cứ hậu quả tai hại nào, bởi lẽ chúng ta loại bỏ chúng vì động cơ thúc đẩy chứ không phải vì sợ hãi.

b. Đề Phòng

Đề phòng là vạch ra một kế hoạch thực tiễn hay thấy trước những khó khăn trong tương lai. Vấn đề ở đây liên quan đến ước muốn lý tính đã được trình bày trong phần I chương 3.

c. Óc hài hước

Dựa vào nhà văn Meredith, Allport định nghĩa óc hài hước là "khả năng cười nhạo những điều mình quý mến (dĩ nhiên là bao gồm chính bản thân chúng ta và những gì liên quan đến chúng ta) và yêu quý những điều đó hơn nữa."

Người hài hước có khả năng đặt ra một khoảng cách với mình, có tinh thần quân bình, chân thành nhìn nhận những sự bất nhất và phi lý của mình trong những hoàn cảnh nhất định, nhận biết sự ấu trĩ của mình - với thái độ siêu thoát và giác ngộ. Vì thế, óc hài hước là một dấu hiệu trưởng thành: Trẻ em và Vị thành niên không biết cười chính mình. Căn cứ trên một công trình nghiên cứu không xuất bản, Allport cho thấy chỉ số tương liên giữa biết mình và óc hài hước là 0.88; đó là một hệ số rất cao. Điều đó cho thấy ai biết mình thì cũng biết cười nhạo mình và lỗi lầm của mình. Thứ đến - đây là hậu quả của điều đã nói trên đây - người có óc hài hước là người đã vượt thắng tình yêu ái kỷ và hiểu biết giá trị thực sự của mình. Họ có khả năng chấp nhận những điểm tiêu cực của mình, thậm chí có thể toàn nhập những điểm tiêu cực vào nhân cách của mình. Đồng thời, hình thức tự vệ bằng hài hước

giúp chủ thể giữ lòng tự trọng, bởi vì họ không còn phải nghiêm túc quá mức với mình, không đặt quá nhiều kỳ vọng nơi mình. Trái lại, họ đặt sự yếu đuối của mình trong một viễn cảnh thích hợp, không coi chúng là những điều bi thảm và không trút những yếu đuối đó lên đầu người khác.

Người hài hước hiện diện tích cực trong nhóm: Họ tạo điều kiện thuận lợi để mọi người trao đổi ý kiến và đặt vấn đề trong một viễn cảnh tích cực. Nếu có xung khắc, họ hành động như một thùng hạ nhiệt (chứ không phải thùng cộng hưởng) và can thiệp đúng lúc để làm cho người khác nhận ra khuyết điểm của mình.

Vì thế, óc hài hước rất khác với sự châm biếm và mọi hình thức điều cợt thô lỗ nhằm làm giảm giá trị của người khác và cho mình có ảo tưởng toàn năng. Óc hài hước cũng khác với tiếng cười chua cay. Tiếng cười chua cay có thể cho thấy chủ thể không còn bị ức chế, nhưng thường chỉ là một sự thoái lui và trí thức hóa để bù trừ bằng tưởng tượng và là một sự cưỡng bách phải lặp đi lặp lại.

5. Thăng Hoa

Đây là một khái niệm đặc trưng của Freud, thế nhưng chúng ta không xếp vào danh sách các loại tự vệ, bởi vì khái niệm này gây ra nhiều phức tạp. Thăng hoa là một tiến trình, qua đó chủ thể hướng những xung động mà họ không thể chấp nhận (nhất là sự thúc bách tính dục và gây hấn) đến những mục tiêu cao đẹp hơn mà họ và xã hội có thể chấp nhận, nhờ vậy mà những xung động đó được thỏa mãn.

Trong tiến trình thăng hoa, mục tiêu của thúc bách vẫn không thay đổi (sự thỏa mãn), nhưng đối tượng đã được thay đổi (từ đối tượng đáng ngờ sang đối tượng được xã hội chấp nhận). Vì sự thúc bách tính dục và gây hấn không thể bộc lộ trực tiếp được, cho nên chủ thể tìm cho chúng những lối thoát khác để hoàn thành mục tiêu. Thăng hoa là mở ra một tuyến đường mới cho sự thúc bách, khi con đường đi tới mục đích bị tắc nghẽn. Bằng cách đó, bác sĩ phẫu thuật tìm thấy lối thoát cho khuynh hướng tàn bạo của mình qua việc mổ xẻ con người cách hợp pháp và hữu ích. Nhà nghệ sĩ vượt ve dạ mẹ qua nghệ thuật. Võ sĩ quyền anh thăng hoa tính gây hấn qua việc thi đấu. Người linh mục thăng hoa xu hướng tình dục qua đời sống độc thân. Thật ra, những sở thích của người trưởng thành là một thứ nguy trang che đậy điều ông khao khát. Khác với những hình thức tự vệ khác ở đây chủ thể không bóp méo hay ức chế sự thúc bách, nhưng hướng sự thúc bách đến những mục tiêu có ý nghĩa, sao cho bản năng được thỏa mãn, ít là một mức tối thiểu.

Theo Freud, thăng hoa là một phần trong tiến trình "hình thành cá tính": Nó là kết quả của một sự ức chế mỹ mãn. Phần đông con người đều ức chế như thế, bằng cách tập trung

phần lớn năng lực tính dục vào những việc chuyên môn của mình. Ngay cả sự tiến bộ văn hóa cũng sử dụng năng lực tinh thần được rút ra từ bản năng tính dục. "Phần lớn năng lực mà (đàn ông) sử dụng cho những mục tiêu dân sự được rút ra từ người phụ nữ và đời sống tính dục: Họ tiếp tục liên kết với người khác và khi họ lệ thuộc vào các mối tương quan đó, họ chèn ép mang bốn phận làm chồng và làm cha." Như vậy, đó là một cơ chế mà mọi người đều sử dụng, nhiều hay ít là tùy từng người, nhưng bao trùm mọi sinh hoạt.

Theo ý kiến chúng tôi, ngoài trường hợp tâm bệnh, thăng hoa không phải là một khái niệm có cơ sở vững chắc. Chúng tôi có ba nhận định sau đây:

Thứ nhất, theo quan điểm của Freud thì mọi hành động của người trưởng thành không gì khác hơn là một sự che đậy: Chúng là phương tiện giải tỏa sự thúc bách, là công trình của dục năng (libido) hay chính là dục năng. Do đó, động lực cuối cùng chính là bản năng và tác nhân của sự thăng hoa vẫn là một chú sói ẩn núp dưới bộ lông của cừu non. Mọi sự vẫn là bản năng. Thăng hoa là thay đổi nhãn hiệu hay cái vỏ bên ngoài, còn nội dung vẫn không thay đổi. Như thế là phủ nhận khả năng con người có thể được thúc đẩy bởi những giá trị thật sự. Thế nhưng, chúng ta tự hỏi làm sao bản năng có thể tạo nên một hoạt động thượng đẳng được? Nếu hoạt động thượng đẳng do bản năng tạo ra, nó sẽ luôn luôn mang tính chất của bản năng.

Vấn nạn trên đây càng khó giải quyết hơn khi Freud cho rằng bản năng tính dục bao gồm mọi tình cảm của con người, ngay cả những tình cảm tích cực. Khi Freud mở rộng khái niệm tính dục đến như thế, thì khái niệm đó trở thành một vấn đề cần phải bàn cãi. Ngay cả Ackerman, một nhà phân tâm học rất chính thống, cũng cho rằng Freud đã không hiểu được năng lực sáng tạo của tình yêu, nghĩa là tình yêu có một cội nguồn và vận mệnh chẳng dính dáng chi đến dục năng (libido): "Trong tầm nhìn của Freud có một điều gì đó bị che lấp trong bóng tối, một điều gì đó chắc chắn nằm trong bóng tối, nếu không muốn nói là hoàn toàn thiếu vắng trong tầm nhìn của ông. Điều đó chính là tình yêu: một năng lực tích cực trong quan hệ gia đình, một kinh nghiệm làm phong phú cho nhau và kích thích con người biết sống trong xã hội... Khoa phân tâm học của Freud đặc biệt làm sáng tỏ những xu hướng ngưng kết và thoái lui, nhưng lại làm cho sự phát triển cảm xúc bị trì trệ. Đáng khác, ông cũng không thể khám phá những bí quyết của sự phát triển nhân cách, khả năng học tập, những yếu tố sáng tạo trong sự phát triển con người. Cho dầu Freud là một nhà sáng tạo phi thường, ông đã thú nhận là mình thất bại và bất lực trong việc giải thích khả năng sáng tạo ông thú nhận là đã không thể giải thích năng lực sáng tạo của nghệ sĩ. Nguyên nhân sâu xa khiến ông không thể giải thích khả năng sáng tạo chính là thuyết xung động nhất nguyên của ông (impulsive monism): Theo thuyết đó thì con người chỉ có một năng lực

thúc đẩy duy nhất, nó được giải tỏa trực tiếp hay qua sự thăng hoa. Trong mọi trường hợp, năng lực tính dục hay năng lực gây hấn chính là năng lực thúc đẩy người ta hành động, thúc đẩy mọi hành động. Ngày nay, khẳng định như thế chỉ là một giả thiết chưa được xác nhận và không cần thiết

Nhận định thứ hai liên quan đến học thuyết của Freud về sự thăng hoa: Theo ông, tình cảm và biểu thị của tình cảm liên kết và tách rời nhau cách ngẫu nhiên. Sau khi tình cảm đã tách rời khỏi đối tượng đã sinh ra chúng, tình cảm đó vẫn còn là một "khối phản kích." "Khối phản kích" đó tự liên kết với bất cứ đối tượng nào khác, và năng lực tình cảm trên lại được đầu tư cho đối tượng đó (truyền năng lực). Nếu nó liên kết với một đối tượng cao thượng hơn, năng lực tình cảm đó sẽ được thăng hoa. Lý thuyết này không chắc chắn và không được chứng thực ngoại trừ các trường hợp tâm bệnh. Quả thế, ngoài phạm vi tâm bệnh, tình cảm và biểu thị của tình cảm được liên kết theo sự tương tự về nội dung. Do đó, làm sao một bản năng có thể liên kết với một động cơ thượng đẳng trong khi định tính của chúng lại khác nhau?

Nhận định thứ ba liên quan đến mục đích của thăng hoa. Theo Freud, mục đích của thăng hoa là thỏa mãn hột bản năng hạ đẳng nhờ một hoạt động thượng đẳng. Ấy thế mà hoạt động thăng hoa không bao giờ làm thỏa mãn sự thúc bách cơ bản của gây hấn hay tính dục, do đó thăng hoa vẫn là một hoạt động vô dụng không thể làm sự thúc bách được thỏa mãn. Thậm chí Freud phải thừa nhận sự thăng hoa không mang lại cho con người mọi sự thỏa mãn mà họ chờ đợi, bởi vì thăng hoa luôn luôn biểu thị một hạn chế đối với thúc bách. Phòng mổ không thể thỏa mãn những nhu cầu tàn bạo của nhà phẫu thuật: Những nhu cầu đó vẫn tồn tại và hoạt động phẫu thuật tỏ ra vô dụng.

Vì thế, khái niệm thăng hoa của Freud hầu như không thể giải thích tại sao con người từ chối thỏa mãn những ước muốn bản năng và chọn lựa hoạt động thượng đẳng. Căn cứ trên sự thăng hoa để giải thích sự độc thân tự nguyện là một ví dụ điển hình của sự bất cập đó. Nếu người độc thân chỉ là kẻ đi tìm thỏa mãn tính dục cách gián tiếp và dấu diếm, thì khi ông tự buộc mình phải thỏa mãn nhờ những mẫu bánh vụn, hay nhờ các biểu tượng, và nhất là không vi phạm bất cứ giới răn hay quy luật nào, họ quả là một anh hùng về mặt luân lý. Nếu nói theo ngôn ngữ năng động tâm lý, thì bản năng tính dục của người độc thân đã được biến đổi; họ đi từ những hình thức biểu lộ tự nhiên đến những hình thức ít thỏa mãn hơn, nhưng làm cho họ có uy tín hơn trong xã hội; nhưng thật ra thì nguồn gốc và mục đích tối hậu của những hình thức đó vẫn là tính dục.

Hiện nay, quan niệm biến đổi năng lực hay quan niệm chuyển đổi từ hoạt động hạ đẳng

sang hoạt động thượng đẳng xem ra không thuyết phục và không thể chứng minh được. Quan niệm về hoạt động thượng đẳng (và trưởng thành) cũng không đủ sức thuyết phục khi giải thích sự tiến bộ trong quá trình phát triển bình thường. Theo đó, hoạt động thượng đẳng không những ít mang lại thỏa mãn hơn hoạt động hạ đẳng (và ấu trĩ), mà còn phát xuất từ hoạt động hạ đẳng và phục vụ cho hoạt động hạ đẳng. Đó là sự phát triển ngược hay phát triển ảo, trong đó không có chỗ cho tự do và óc sáng tạo của con người; và trong nhiều trường hợp, sự phát triển đó là kết quả của một thỏa hiệp đầy mệt mỏi và thất vọng.

Con người có nhiều năng lực khác ngoài năng lực tính dục. Do đó, chúng ta có những nguồn năng lực khác nhau bắt nguồn từ các nhu cầu, từ các động lực phức hợp hơn và từ các giá trị. Dự phóng độc thân có thể phát sinh từ một trong những năng lực đó và trở thành động cơ thúc đẩy chủ thể vạch ra quy tắc điều khiển bản năng tính dục, quy tắc này nằm trong chương trình sống của người độc thân. Qua quy tắc đó, chủ thể muốn tiêu diệt (hành xác) hay hạn chế những năng động tính dục đặc trưng nhất định, và phát huy những năng động độc đáo khác vì sự sáng tạo đa dạng, chứ không vì mục tiêu tình dục nữa. Bấy giờ, năng lực tính dục góp phần làm cho chủ thể đi theo một định hướng đã định và gia tăng sức mạnh cho những hoạt động thượng đẳng, mà không cần phải che đậy hay thay đổi chính mình.

Chương 5. TÌM HIỂU ĐỘNG LỰC



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG](#)

Sống là phát triển. Phát triển bao hàm khả năng tiến triển, đi ra khỏi mình, ra đi để gặp điều chưa biết. Trái với phát triển là sự lặp đi lặp lại, nhàm chán và tù đọng.

Quá trình phát triển bao gồm ba cấp bậc của đời sống tâm linh, theo nhịp độ và thể thức tương ứng. Ở cấp bậc thứ nhất, sự phát triển diễn tiến theo hình pa-ra-bôn: đi lên (thơ ấu, tuổi trẻ) và đi xuống (tuổi già, chết); sự phát triển này đã được ấn định trong thiên nhiên. Mặc dầu quá trình phát triển này có tính tự động, con người vẫn có cơ hội phát huy khả năng sáng tạo, nhất là trong giai đoạn đi lên. Nhờ khả năng sáng tạo, con người có thể thủ đắc những khả năng mới và hoàn thiện những năng lực thể lý-giác quan, hay cải thiện đời sống thể chất. Sự phát triển ở hai cấp bậc cao hơn biểu hiện qua những cách thức khác: Con người càng ngày càng có nhiều khả năng điều khiển quá trình phát triển, bằng cách thiết lập những tương quan liên vị, thể hiện tài năng của mình (cấp bậc tâm lý xã hội), mở rộng kiến thức, khám phá và đào sâu ý nghĩa của thực tại nội tâm (cấp bậc lý tính-tinh thần). Nếu con người hạn chế khả năng hoạt động của cấp bậc thứ nhất, thì những tiềm năng của hai cấp bậc kia sẽ xuất hiện, nhất là con người có khả năng mang lại ý nghĩa và giá trị cho các biến cố. Trong hết mọi trường hợp, mỗi cấp bậc đều có một sự phát triển đặc trưng. Sự tiến triển này được thực hiện là nhờ con người học tập liên tục, "học sống" theo những đòi hỏi của cuộc sống. Bao lâu chúng ta còn sống, thì bấy lâu chúng ta còn phải học.

Nói cách tổng quát, học tập là một quá trình theo sau kinh nghiệm, nhờ đó chủ thể thay đổi những khả năng hoạt động của mình một cách tương đối vững bền.

Có nhiều loại học tập khác nhau (học lái xe, học cơ khí, học nhận thức, học làm việc trí óc, học nhạc khí, v.v) Chúng ta không muốn bàn đến mọi loại học tập ở đây nhất là không có ý phân tích những biến đổi bộc phát do sự phát triển nội sinh và có tính di truyền, hay những thay đổi chỉ liên quan đến trực giác. Chúng ta chỉ bàn đến việc học tập theo nghĩa hẹp, tức là quá trình tiếp thu những thái độ và hành vi mới sau giai đoạn phát triển.

Như vậy, chúng ta sẽ chú trọng đến người trưởng thành trẻ: Họ tổ chức đời sống như thế nào? Động cơ thúc đẩy họ bắt nguồn từ đâu? Họ dựa vào đâu để biện minh cho những chọn lựa của mình? Bây giờ, chúng ta hãy nghiên cứu những cách tìm hiểu động cơ.

Chúng ta hãy suy nghĩ về bốn tình huống sau đây

* Tôn giáo: Có một hình thức sáng tạo trong việc sống đạo, siêu việt những quy tắc luân lý, nhưng không đi ngoài những quy tắc đó. Đó là cách thức vận dụng năng lực sáng tạo của lý tưởng, chứ không chỉ dựa vào quy tắc để được an toàn. Bằng cách đó, sống đạo là tương quan với Thiên Chúa siêu việt; chúng ta tin không phải vì những gì chúng ta nhận được, nhưng nhờ ý nghĩa của mối tương quan đó. Trái lại, lối sống đạo có tính hệ thức và bảo hộ thì được thúc đẩy bởi điều mà tôn giáo hứa hẹn: Đó là sự bảo vệ, tránh né khó khăn, sự thanh sạch, v.v... Trường hợp thứ nhất là "sống đạo", trường hợp thứ hai là "lợi dụng" đạo.

* Ý thức hệ chính trị: Tôi gắn bó với một đảng phái, vì tôi tin rằng đảng của tôi chắc chắn sẽ thực hiện những lý tưởng, nhờ đó mà tôi nhận ra tôi. Cũng có thể là tôi vào đảng chỉ vì đó là đảng phái của đa số, và khi có thể đảng, tôi sẽ dễ dàng kinh doanh, hành nghề và có được những phúc lợi khác.

* Liên hiệp: Tạo thuận lợi cho việc phát triển, bao lâu nó cung cấp một môi trường thuận tiện cho việc học tập văn hóa nhóm, sự tương trợ, sự thúc đẩy và những đòi hỏi của nhiệm vụ là những nhân tố tạo nên môi trường phát triển. Tuy nhiên, sự phát triển đôi khi còn tùy thuộc tình hình của nhóm: Nếu nhóm giải thể hay thay đổi người lãnh đạo, thì có thể các thành viên sẽ không còn tương quan với nhau hay gắn bó với các giá trị đã từng tuyên bố trong nhóm.

* Hôn nhân: Lucy có nhu cầu lệ thuộc cảm xúc. Cô hợp lý hóa sự lệ thuộc đó, bằng cách xem đó là nhu cầu hy sinh bản thân cho người khác. Mark có nhu cầu hạ mình. Sự hạ mình đó được anh bù trừ bằng thái độ hống hách và tự tin. Khi hai người gặp nhau, trước tiên là do tình yêu: Nhu cầu lệ thuộc của cô được thỏa mãn nhờ sự thống trị của anh và nhu cầu thống trị của anh được đáp ứng nhờ thái độ lệ thuộc của cô; vì thế, những năm tháng hứa hôn không hề xảy ra sóng gió. Tuy nhiên, sau khi kết hôn được vài tháng, sự hiểu lầm bắt đầu xuất hiện: Cô cảm thấy bị đối xử như một đứa trẻ, còn anh thì đóng kín trong "sự trưởng thành" của người chỉ huy và không thể giải bày vấn đề của mình với cô. Những khó khăn, vốn đã hiện diện trong thời kỳ đính hôn "quá hoàn hảo" nay xuất đầu lộ diện.

Có một kế hoạch tiềm ẩn trong việc chúng ta làm, trong lời chúng ta tuyên bố và trong trí tưởng tượng của chúng ta. Trong mức độ nào đó, chúng ta có thể tiên đoán hành vi của

những người chung quanh. Chúng ta biết trước họ sẽ hành động thế nào trong một hoàn cảnh cụ thể. Nói cách khác, mỗi người - ít là một cách ngấm ngấm - được chỉ đạo theo một kế hoạch, một lối sống được tổ chức dựa trên nhiều động lực.

A. KHÁI NIỆM ĐỘNG LỰC

Chúng ta cần một động lực để hành động, một lý do biện minh cho mục tiêu. Mọi hành vi quan trọng đều có lý do, một điều gì đó gọi hứng trực tiếp hay gián tiếp. Thuật ngữ động lực bao gồm một loạt những kiểu nói thông thường như: ý định, ước muốn, mục đích, quan tâm, động cơ thúc đẩy, chọn lựa, sở thích... Qua những thái độ ấy, chúng ta thấy hành vi đi theo một định hướng và định hướng đó chi phối chủ thể trước khi chủ thể hành động. Động lực là những gì có khả năng "lay động" chủ thể, nghĩa là tất cả lý do và kỳ vọng thúc đẩy họ hành động. Động lực nhằm trả lời cho câu hỏi "Vì sao họ hành động như thế?" Câu hỏi đó có hai nghĩa: "Hành động đó bắt nguồn từ đâu?" và "Mục đích của hành động đó là gì?"

Quả thế, động lực gồm hai khía cạnh: Khía cạnh kích hoạt (sẵn sàng hành động) và khía cạnh định hướng (hướng tới mục tiêu cụ thể).

Động lực là một thuật ngữ lũy tiến (cumulative): Mỗi hành vi có ý nghĩa đều phát sinh từ nhiều động lực mà chủ thể ít nhiều có ý thức. Bởi vì quá trình quyết định luôn luôn bắt đầu với việc đánh giá bằng trực giác, cho nên chúng ta có những động lực cảm tính. Tuy nhiên, để hành động cách chín chắn, chúng ta cần có một động lực lý tính phát sinh từ việc đánh giá có suy nghĩ. Sự chọn lựa của chúng ta được kích hoạt bởi sự phán đoán theo trực giác bởi thế chúng ta cần phải cân nhắc khi quyết định. Để có tự do khi hành động, tiêu chuẩn "tôi thích" thì không đủ và không bảo đảm cho sự bền bỉ của hành động đó. Vì mọi động lực đều bắt nguồn từ việc đánh giá, nên chúng ta có thể ý thức một phần nào đó. Tuy nhiên, việc đánh giá cũng có thể là sản phẩm của những nhân tố mà đôi khi chúng ta không ý thức, cho nên chúng ta cũng có những động lực vô thức. Ký ức tình cảm xuất hiện nơi đây. Nếu tôi muốn đi du lịch, tôi phải biết động lực thúc đẩy tôi đi du lịch. Tuy nhiên, hiện nay có lẽ tôi không biết rằng một trong những động cơ tiềm ẩn thúc đẩy tôi đi du lịch là để trốn tránh cuộc sống hiện nay của tôi. Không thể phân biệt rạch ròi giữa động lực ý thức và động lực vô thức: Nói cho chính xác thì động lực bao gồm cả yếu tố ý thức lẫn yếu tố vô thức: Một thanh niên trẻ phải lòng một thiếu nữ vì anh ta thấy cô nàng đẹp (khía cạnh ý thức), nhưng cũng vì cô có một cái gì đó mà anh không biết, một điều gì đó khiến anh nhớ đến hình ảnh mẹ anh ta (khía cạnh vô thức).

Động lực còn có thể phân làm hai loại: động lực hiện thời hay động lực thường xuyên. Động lực hiện thời bắt nguồn từ việc đánh giá hiện nay, ở đây và lúc này (hiện ý) còn động

lực thường xuyên bắt nguồn từ việc đánh giá trong quá khứ, nhưng vẫn còn hiệu lực: Sự đánh giá không bao giờ mất và tiếp tục chi phối chủ thể, ngay cả khi nó đã rơi vào quên lãng (thường ý). Hai loại động lực này cũng tương tự như ý muốn cảm tính và ý muốn lý tính: Chúng hướng tới hành động hay chỉ là xu hướng đưa tới hành động.

Vì thế, mỗi hành động bao gồm một cấp bậc động lực: Chúng ta có những động lực chính yếu và những động lực thứ yếu. Động lực chính yếu là động lực chiếm ưu thế, nghĩa là có khả năng phối hợp mọi năng lực khi hành động, hướng những năng lực đó về mục tiêu, và mang lại ý nghĩa và định hướng cho hành động. Động lực chính yếu là kết quả của tương quan năng động giữa mọi cấu tố của nhân cách. Động lực đó là gì? Làm sao nhận biết động lực đó?

Theo Kelman, chúng ta được thúc đẩy bằng ba cách: từng phục, đồng hóa và nội tâm hóa. Chúng ta sẽ mô tả mỗi loại riêng biệt, nhưng trong thực tế, chúng thường xuất hiện dưới những hình thức hỗn hợp: Điều quan trọng là xem hình thức nào chiếm ưu thế.

B. TUÂN THỦ

Chủ thể tỏ thái độ tuân thủ nhằm chiếm lấy phần thưởng hay tránh sự trừng phạt của nhóm hay một người nào đó, mà không hề xác tín về nội dung của hành vi.

Thường-phạt không nhất thiết thuộc bình diện vật chất, nhưng thường thuộc bình diện tâm lý: Không còn được yêu thương hay quan tâm, cảm thấy có tội. "Nếu bạn làm như thế, tôi sẽ chết vì buồn bực": Đó là một trong những điều kiện tác động mạnh nhất.

Như thế thì không có sự ưng thuận thật sự. Chủ thể không tin vào nội dung hay giá trị của thái độ ấy, nhưng chỉ hy vọng sẽ kiếm được vài ba mối lợi và thích nghi với thái độ tuân thủ ít nhiều thụ động và chẳng mấy bận tâm: Họ nói và làm như người ta mong đợi, và không hề quan tâm đến ý kiến riêng của mình.

Chủ thể không tin vào thái độ mình đã học được. Họ sử dụng thái độ đó để đạt được kết quả trên bình diện xã hội. Bởi thế, thái độ đó vẫn xa lạ với họ và nó chỉ tồn tại bao lâu họ còn cần đến kết quả nó mang lại, hay chưa chiếm được kết quả đó, hay họ không có cách nào khác để tránh khỏi bị trừng phạt.

Ví dụ: Khi chúng ta chọn một nghề nghiệp nhất định để dành cho được một địa vị vinh dự trong xã hội, đó là thái độ tuân thủ. Cũng là tuân thủ, khi chúng ta làm mọi cách để phát biểu ý kiến theo "lề phải" mong sao cho khỏi bị đuổi. Tuân thủ cũng là thái độ của kẻ làm hết mọi việc để tìm đặc ân hay đặc quyền, tuân phục bề trên cách hời hợt và làm theo những gì bề trên muốn (hay những điều anh nghĩ là bề trên muốn).

Đàng khác, môi trường xã hội cũng có thể cổ súy cho bầu khí tuân thủ: Chẳng hạn khi nhà lãnh đạo muốn chứng tỏ mình quan trọng bằng cách hứa khen thưởng hay đe dọa trừng phạt. Đó là một hình thức hăm dọa tinh vi, bó buộc thuộc hạ phải tuân lệnh để tránh hiểm họa phiền phức. Tuy nhiên, đó chỉ là một sự tuân phục bề ngoài và nhất thời: Người ta chỉ tuân lệnh khi bề trên có mặt và kiểm soát, hay người ta chỉ tuân lệnh cho tới khi có được phần thưởng.

Tuân thủ tương ứng với chức năng vị lợi của thái độ, vì trong tuân thủ có yếu tố phần thưởng và trừng phạt. Tuy nhiên, tuân thủ cũng có thể liên quan đến chức năng tự vệ của bản ngã, nếu phần thưởng có tính chất tâm lý-luân lý (chẳng hạn, tôi tuân phục để khỏi cảm thấy có tội khi bị khiển trách). Dưới quan điểm cấu trúc, người tuân thủ thì bất nhất. Những giá trị lôi kéo họ đi theo hướng này, nhưng các nhu cầu lại lôi kéo họ đi theo hướng khác, bởi thế mà họ sống trong tình trạng mâu thuẫn. Do đó, để duy trì thái độ tuân thủ của mình, họ cần một sự hỗ trợ từ bên ngoài. Nếu sự hỗ trợ yếu kém, thái độ tuân thủ có thể sụp đổ.

C. ĐỒNG HÓA

Chủ thể tiếp nhận một hành vi làm của mình, bởi vì hành vi đó giúp họ giữ tương quan hài lòng với một người hay nhóm. Một tương quan được gọi là hài lòng, khi tương quan đó giúp họ bảo toàn hình ảnh tích cực của mình. Mỗi tương quan đó có thể được thiết lập dựa trên thực tế hay trong tưởng tượng. Ví dụ: Một chàng trai trở thành bác sĩ vì cha anh là bác sĩ (hay trước đây là bác sĩ); khi một đứa trẻ lặp đi lặp lại những động tác của người anh hùng mà nó hâm mộ, nó cảm thấy như thể mình được chia sẻ quyền lực của người đó, mạnh mẽ như ông; khi một người trẻ tiếp nhận những giá trị của nhóm mình, thỉnh thoảng anh ta bắt chước giọng nói và biệt ngữ của người lãnh đạo nhóm.

Có ba loại đồng hóa:

* **Cổ điển:** Chủ thể tiếp thu một phần hay toàn thể bản sắc của người mẫu. Họ muốn giống như người mẫu. Họ làm như người mẫu làm, tin như người mẫu tin và nói như người mẫu nói. Họ muốn giống như người mẫu, thậm chí trở nên người mẫu.

* **Trao đổi vai trò:** Hai bên đồng hóa với nhau, người này hành động theo sự mong đợi của người kia và ngược lại. Mỗi người có nhiệm vụ làm cho người kia hài lòng: Anh muốn tôi làm gì thì tôi sẽ làm như vậy. Đó có thể là sự trao đổi bổ sung hay trao đổi tương đồng. Ví dụ về trao đổi bổ sung: tương quan giữa bác sĩ - bệnh nhân; tương quan giữa người chủ động - người thụ động; tương quan giữa người thống trị - người lệ thuộc. Ví dụ về trao đổi tương đồng: Hai người thu hút nhau vì giống nhau ở một vài khía cạnh: cả hai đều nồng nhiệt, đầy tham vọng, yếu ớt, lệ thuộc. Quả vậy, trên thực tế thì cả hai thu hút nhau vì có

thể bổ sung cho nhau một ở một vài khía cạnh và giống nhau ở một số khía cạnh khác. Dù sự đồng hóa mang hình thức nào đi nữa, điều quan trọng không phải là mối tương quan giữa hai người, nhưng là khái niệm bản thân hay hình ảnh bản thân mà hai người có được khi tương quan với nhau.

* Đồng hóa với nhóm: Sự đồng hóa này có thể là sự đồng hóa cổ điển (tôi với nhóm) hay sự đồng hóa qua việc trao đổi vai trò. Để duy trì hay cải thiện hình ảnh bản thân, chủ thể uốn nắn hành vi của mình theo sự mong đợi và chỉ dẫn của nhóm. Những mong đợi và chỉ dẫn này đã được nhóm trình bày rõ ràng để các thành viên hưởng ứng. Ở đây cũng vậy, động cơ thúc đẩy nhóm quy tụ lại với nhau là nhu cầu xác định bản thân: Là thành viên của nhóm, tôi thấy mình là người có giá trị, là người cố võ và bảo vệ chân lý, là người quan trọng, v.v... Tôi tiếp nhận những đặc tính của nhóm (thực sự hay tưởng tượng) làm của mình nhằm củng cố căn tính của tôi.

Như vậy, qua ba hình thức đồng hóa trên, chúng ta thấy đồng hóa là động lực thúc đẩy chủ thể hành động giống như người khác, theo sự mong đợi của người khác hay theo đòi hỏi của nhóm.

1. Đồng hóa và Tuân thủ

So sánh với tuân thủ, đồng hóa là một đặc tính cao đẹp hơn. Trong việc đồng hóa, chủ thể không chỉ chấp nhận một thái cách công khai, mà còn chấp nhận cách kín đáo bên trong nội tâm: Chủ thể thật sự tin vào điều mình đã học. Thứ đến, chủ thể biểu hiện thái độ đó ra không phải vì sự dòm ngó của một tác nhân có thể lực. Thật thế, thái độ đó là kết quả của tương quan đồng hóa với một người hay với một nhóm, mà chủ thể cảm thấy lỗi cuốn chứ không phải vì người đó hay nhóm nắm quyền thưởng phạt.

Tuy nhiên, sự khác biệt rõ nhất là ở chỗ này: Quá trình đồng hóa là một giai đoạn cần thiết để tiếp thu các giá trị: Các phương tiện giáo khoa (sách vở và thảo luận) chỉ giúp chúng ta học hỏi kiến thức; nhưng để học tập các giá trị chúng ta cần có gương mẫu để noi theo. Giá trị giống như một thông điệp, mà chúng ta chỉ có thể chuyển tải nhờ mối tương quan giữa người gửi và người nhận. Học tập phát xuất từ đây. Nhờ mẫu gương, chúng ta có thể trau dồi bản thân dựa theo những nội dung chính xác và cụ thể, thứ không dựa trên những ý niệm xa lạ mà diễn giả giải thích cách tùy tiện. Qua người mẫu, những thực tại khó truyền đạt bằng ý niệm trừu tượng và thuần tri mặc lấy một hình hài cụ thể.

Chẳng hạn như việc dạy giáo lý: Để giúp người thụ giáo gặp gỡ Thiên Chúa và tìm thấy căn tính của mình, nghĩa là biết được tôi là ai và Chúa mời gọi tôi làm gì, người làm gương (trong trường hợp này là "chứng nhân") nên xem mình là người trung gian trong cuộc

gặp gỡ giữa người thụ giáo và Thiên Chúa, đồng thời đề nghị một cách thức và mẫu gương cụ thể cho việc gặp gỡ. Người mẫu không đưa ra những bài học mà người thụ giáo phải học thuộc lòng để trả bài, nhưng hành động như một tác nhân khuyến khích người thụ giáo dựa trên những kinh nghiệm với Thiên Chúa để xây dựng một tổng hợp mới, độc đáo riêng tư và cụ thể. Vả lại, chính qua người bạn đó mà người thụ giáo nghe được lời mời gọi thực hành các giá trị bởi lẽ chính nhờ ông mà người thụ giáo có thể hiểu sứ điệp đầy đủ.

Điều này cũng đúng với mọi loại lý tưởng. Nếu không có sự trao đổi hỗ tương thì sẽ không có đồng hóa, và nếu không có sự đồng hóa thì người thụ huấn sẽ không có căn tính hay chọn đúng ơn gọi. Điều đó càng đúng với ơn gọi Kitô hữu, bởi vì lý tưởng Kitô giáo đòi hỏi phải có một mẫu gương sống động. Người làm gương không đưa ra cho người thụ giáo một chương trình phải thực hiện, nhưng chỉ đề nghị một lối sống nhất định. Nếu không có người làm mẫu, thì sẽ không có gương mẫu để cho người thụ giáo dựa vào đó mà rèn luyện bản thân và quy chiếu cách cụ thể. Tất một lời, khi người thụ giáo thiếu cơ hội đồng hóa, thì con đường nội tâm bị bỏ ngỏ. Bấy giờ người thụ giáo tự mình xoay xở, lấy mình làm gương mẫu và đưa ra một tổng hợp mà mình chưa bao giờ đối chiếu với thực tế. Nếu không, người thụ giáo sẽ xây dựng căn tính của mình dựa trên vai trò nổi bật của mình, hay dựa trên nhóm là nơi họ ẩn náu, thống trị hay tự vệ.

2. Sự Mập Mờ (*ambivalence*) Của Việc Đồng Hóa

Tuy nhiên, việc đồng hóa vẫn chưa đủ, thậm chí có thể mang tính chất tự vệ: Đồng hóa chỉ là một giai đoạn trong tiến trình trưởng thành.

Đồng hóa mà thôi thì chưa đủ, bởi vì thái độ phát sinh từ việc đồng hóa chỉ được kích hoạt khi chủ thể muốn xác định bản thân. Cho dù chủ thể đặt niềm tin vào những thái độ mà mình đã học được, chủ thể chỉ có thể bày tỏ những thái độ đó qua tương quan của sự đồng hóa. Do đó, khi chủ thể mạnh dạn bày tỏ ý kiến với nhóm, thì nhóm có thể bác bỏ hay chẳng quan tâm đến ý kiến của họ, nếu họ hành động mà không hỏi ý kiến của nhóm. Đó là trường hợp những người đã dần thân lâu dài trong nhóm, nhưng vẫn không được giao phó trách nhiệm gì trong nhóm. Bao lâu động lực chưa trở thành xác tín, chúng vẫn chưa được toàn nhập vào hệ thống giá trị của chủ thể; chúng thường bị cô lập và giới hạn trong những điều kiện nhất định.

Thứ đến, cho dù chủ thể đặt niềm tin vào các thái độ, thì việc họ có kiên trì theo đuổi thái độ đó hay không là còn tùy mối tương quan và sự nâng đỡ của nhóm: Họ theo đuổi thái độ đó bao lâu còn tương quan với nhóm. Nếu tương quan với nhóm đổ vỡ hay không còn giúp họ xác định bản thân, họ có nguy cơ loại bỏ những điều đã học được khi còn dần thân

trong nhóm. Đó là trường hợp những người trẻ hoạt động trong lãnh vực chính trị, trong Giáo Hội và xã hội... Họ chỉ dấn thân cho đến khi họ kết hôn hay kiếm được công ăn việc làm. Bấy giờ, có thể họ vẫn còn liên lạc với nhóm, nhưng hình ảnh bản thân của họ lại nổi kết với các nguồn mạch khác. Bởi vậy, tiếp nhận một hành vi là phương tiện đưa tới tương quan, và sự tồn tại của hành vi tùy thuộc sự tồn tại của tương quan.

Việc đồng hóa cũng có thể là một hình thức tự vệ. Việc đồng hóa giúp duy trì lòng tự trọng, nếu không thì lòng tự trọng chẳng thể duy trì được. Đó là dựa dẫm vào một ai đó giống như mình để khỏi phải xao xuyến và tránh trách nhiệm. Khi chủ thể tiếp nhận một hai động cơ của người khác, họ không còn phải vất vả để tìm cho ra động cơ thúc đẩy của mình. Trong trường hợp đó, họ đồng hóa với người khác hay với nhóm để hạn chế sự do dự của mình: Họ dựa vào người khác không phải để bồi đắp cho mình, nhưng đừng để xảy ra điều tệ hại hơn.

Việc đồng hóa đó thường gặp nơi người có một hình ảnh bản thân tiêu cực, bất an và do dự, muốn được người khác đánh giá tích cực và thành công trong mọi việc mình làm. Khi họ thiết lập (trong thực tế hay trong tưởng tượng) một quan hệ đặc biệt với một người, một cộng đoàn hay với một vai trò, mối tương quan đó giúp họ gia tăng lòng tự trọng, nhưng hành vi đó chỉ là phương tiện. Loại đồng hóa này tuy có chức năng tự vệ, nhưng nó cũng sử dụng chức năng vị lợi để tìm kiếm những thỏa mãn mà sự đồng hóa đem lại. Dưới quan điểm cấu trúc trong cả hai trường hợp đều có sự bất nhất cơ bản, vì thiếu hòa hợp giữa động cơ và hành vi, giữa lợi ích riêng và nhu cầu của người khác.

Vì thế, đồng hóa là một tiến trình học tập vừa tích cực vừa tiêu cực và là một giai đoạn trung gian hướng tới động cơ chín chắn, nhưng không bao giờ là mục tiêu. Mục tiêu tối hậu là biến những thái độ đó thành của mình, bởi vì chủ thể tin vào giá trị của những thái độ đó, chứ không phải vì sự cổ vũ của xã hội: Các thái độ phát sinh từ tương quan, nhưng bền vững hơn tương quan. Nếu chúng ta xem đồng hóa là một mục đích, bấy giờ việc đồng hóa sẽ cản trở chúng ta trưởng thành.

3. Hai Loại Đồng Hóa

Tiến trình đồng hóa bắt đầu khi chủ thể nhận thấy nơi người khác có một điều gì đó giúp cho bản ngã mình có ý nghĩa, nghĩa là nhờ người khác mà chủ thể nghe được tiếng gọi kêu mời họ trở nên chính mình. Mục tiêu của đồng hóa là xác định mình. Nhờ tương quan đó, cái tôi tìm thấy một căn tính cao cả hơn.

Ở đây nảy sinh một câu hỏi gai góc mà chúng ta cần biện phân: Nếu đồng hóa có mục đích xác định cái tôi, thì sự đồng hóa đáp ứng cho khía cạnh nào của cái tôi? Sự đồng hóa

gia tăng lòng tự trọng như thế nào? Sự đồng hóa chi phối nội dung nào của cái tôi?

Không phải mọi sự đồng hóa đều giúp phát triển. Tương quan giữa Lucy và Mark là một tương quan đồng hóa và cả hai đều cảm thấy hài lòng. Tình yêu chắc hẳn đã nảy sinh ngay giây phút đầu tiên khi họ gặp nhau, nhưng họ chỉ sống hài hòa với nhau trong một thời gian ngắn, bởi vì sự hài hòa chỉ tồn tại khi sự lệ thuộc của cô và sự thống trị của anh được đáp ứng. Vì nhu cầu từng phục của cô và nhu cầu thống trị của anh, mối tương quan của họ trở nên quan trọng. Tuy nhiên, tương quan bất bình đẳng đó không cho phép họ thiết lập một sự quân bình cần thiết giữa cho và nhận, truyền lệnh và vâng lời. Trong phạm vi huấn luyện, khi người thụ huấn bắt chước người mẫu, việc bắt chước đó có thể giúp họ tự lập khi chọn lựa, nhưng cũng có thể làm cho họ tắc nghẽn trong mối tương quan lệ thuộc hỗ tương.

Do đó, chúng ta cần phân biệt: Đồng hóa là nguồn mạch của phát triển, khi nó giúp chúng ta tập luyện những thái độ nhằm gia tăng các giá trị. Trái lại, đồng hóa gây trở ngại cho sự phát triển, khi chủ thể sử dụng đồng hóa để đáp ứng cho thành phần của cái tôi mâu thuẫn với các giá trị. Trường hợp thứ nhất là đồng hóa được-nội-tâm-hóa. Trường hợp thứ hai là đồng hóa không được-nội-tâm-hóa. Biến tố phân biệt giữa hai loại đồng hóa đó chính là thành phần của cái tôi được thỏa mãn.

Chúng ta sẽ thấy rõ sự khác biệt giữa hai loại đồng hóa ấy hơn khi so sánh sự đồng hóa nhằm thỏa mãn các giá trị và sự đồng hóa nhằm đáp ứng các phản-giá trị. Ví dụ: Tình bạn giữa hai người yêu nhau và mưu cầu hạnh phúc cho nhau, và tình bạn giữa hai thương gia hợp tác buôn lậu. Với thời gian, tình bạn thứ nhất sẽ được củng cố, còn tình bạn thứ hai sẽ biến thành căm ghét.

Chúng ta sẽ khó phát hiện sự khác biệt giữa hai loại đồng hóa, khi sự đồng hóa vừa đáp ứng giá trị vừa đáp ứng nhu cầu trái ngược với giá trị. Chẳng hạn tình yêu của người mẹ: Bà yêu thương con bà, nhưng qua đứa con bà cũng có ý đi tìm điều mà khi con trẻ bà không có được; hay nhà lãnh đạo cộng đoàn: ông vừa muốn thăng tiến đời sống cộng đoàn, vừa muốn được nhìn nhận là người có "quyền sở hữu" cộng đoàn. Trong trường hợp các giá trị bằng nhau, thì sự khác biệt chính là nhu cầu riêng mà chủ thể muốn thỏa mãn. Như vậy, chúng ta có thể phân biệt đồng hóa được-nội-tâm-hóa và đồng hóa không-được-nội-tâm-hóa tùy theo nhu cầu mà chủ thể muốn thỏa mãn.

Căn cứ trên bản chất siêu việt của giá trị, chúng ta hãy đọc lại danh sách các nhu cầu ở chương 4, phần I. Chúng ta thấy một số nhu cầu là những giá trị quy ngã, tự bản chất thì trái ngược với những giá trị vị tha. Tuy nhiên, chúng ta cũng có những nhu cầu vị tha, chúng có thể hòa hợp với khuynh hướng tự siêu việt của các giá trị, cho nên chúng được gọi là

những nhu cầu trung tính. Dưới đây là một vài ví dụ:

Bảng XI: Các nhu cầu trung tính và các nhu cầu mâu thuẫn

Các nhu cầu trung tính (vị tha)	Các nhu cầu mâu thuẫn (quy ngã)
- Sáp nhập - Giúp đỡ tha nhân - Hiểu biết - Thống trị - Trật tự - Phản ứng - Thành tựu	- Gây hấn - Lệ thuộc cảm xúc - Phô trương - Tránh thiệt hại - Tránh sự chỉ trích hay thất bại - Thỏa mãn tính dục - Hạ thấp phẩm giá tha nhân

Sự khác biệt giữa các nhu cầu trung tính và nhu cầu mâu thuẫn đã được thử nghiệm qua công trình nghiên cứu của Rulla và những cộng tác viên, xuất bản lần đầu năm 1977.

Nên lưu ý rằng các nhu cầu vị tha được gọi là trung tính: Có thể đó là một thiên hướng sống theo các giá trị nhưng không đương nhiên định hướng cho các giá trị. Điều đó còn tùy chủ thể sử dụng các nhu cầu đó như thế nào và nhằm mục đích gì. Nhu cầu hiểu biết giúp chúng ta phát triển, nếu nhu cầu đó giúp chúng ta đào sâu kiến thức. Trái lại, nhu cầu hiểu biết sẽ cản trở việc phát triển, nếu chúng ta dùng để gây hấn (bới móc lỗi lầm của người khác) hay phô trương (phô trương trình độ văn hóa của mình và xuất hiện như người chiến thắng). Các nhu cầu trung tính khác cũng tương tự như thế.

Tại cội nguồn của lối sống, chúng ta có hai loại động lực: Những động lực quy ngã và những động lực vị tha. Cần ghi nhận rằng, nhờ cơ chế tự vệ, động lực này có thể che đậy động lực khác: Trên thực tế, những động lực có vẻ trung tính và vị tha có thể là những động lực mâu thuẫn và quy ngã.

Đồng hóa nhằm đáp ứng các nhu cầu mâu thuẫn không phải là sự đồng hóa được-nội-tâm-hoá. Đồng hóa nhằm thỏa mãn các nhu cầu trung tính là sự đồng hóa được nội-tâm-hoá. Trong trường hợp thứ nhất, chủ thể dựa vào người khác không phải để bồi đắp cho

mình, nhưng vì lệ thuộc người khác và thiếu khả năng xác định bản thân. Trong trường hợp thứ hai, chủ thể xác định bản thân nhờ mối tương quan giúp mình gia tăng các giá trị: Họ đi theo một người mẫu để có thể sống tốt hơn, bởi lẽ người mẫu đó khuyến khích họ sống viên mãn hơn. Trong sự đồng hóa không-được-nội-tâm-hóa, chủ thể cố giữ nguyên trạng (status quo), không được thúc đẩy tiến lên, nhưng chỉ củng cố tình trạng đã có.

Vấn đề phức tạp là ở chỗ: Sự đồng hóa không-được-nội-tâm-hóa thì làm cho chủ thể cảm thấy hài lòng hơn sự đồng hóa được-nội-tâm-hóa. Vì lẽ đó, người ta đi đến một kết luận phi lý rằng sự đồng hóa không-được-nội-tâm-hóa là nhân tố của trưởng thành: "Nếu chúng tôi sống hòa hợp với nhau, tại sao những điều đó lại không tốt?", "Tôi thích như thế và nó cũng có ích đấy chứ." Chúng ta thường làm lẫn giữa kinh nghiệm kích thích cảm xúc và kinh nghiệm nội tâm hóa, bằng cách đánh đồng việc "tôi thích" với việc "điều đó có ích" cho tôi một cách không thích đáng.

Sự đồng hóa không-được-nội-tâm-hóa thường tạo nên một tương quan lệ thuộc quá mức và chủ thể không có kinh nghiệm về sự cô độc và sự tự lập, vốn là những yếu tố cần thiết của phát triển, nhất là khi sự đồng hóa bị thúc đẩy bởi nhu cầu yêu thương. Tình bạn, tương quan vợ chồng hay một kinh nghiệm tương tự trong nhóm có thể cản trở sự phát triển của đời sống tâm linh và biến nhu cầu cần đến người khác trở thành một nhu cầu thường xuyên. Trong mọi trường hợp, loại đồng hóa không-được-nội-tâm-hóa tạo cơ hội cho khía cạnh kém trưởng thành và yếu kém của cái tôi. Vì thế, khi một kẻ có khuynh hướng độc đoán (hay sự bất nhất chính yếu liên quan đến óc thống trị) và đồng hóa mình với một người có nhu cầu tương tự hay nhu cầu bổ sung, nếu ông gia nhập một nhóm mà các thành viên công khai tranh chấp quyền lực, ông sẽ gây thiệt hại cho mình hay cho người khác. Bấy giờ, ông sẽ ngưng kết hơn trong vấn đề của mình và khi ông đáp ứng nhu cầu của mình, ông lại càng bức tức hơn. Bởi đó, chúng ta thường bị thu hút "một cách khó hiểu" bởi những người hay môi trường khơi dậy những vấn đề mà chúng ta chưa giải quyết được; hoặc chúng ăn khớp với các nhu cầu thất thoát của chúng ta, hoặc làm cho chúng ta khỏi phải đương đầu với sự ấu trĩ của mình, bằng cách tự lừa dối là chúng ta đã giải quyết rồi.

Trái lại, sự đồng hóa được-nội-tâm-hóa phát sinh từ những tương quan cởi mở, tạo khoảng trống cho tự do, thậm chí cổ vũ sự tự do và không nhằm lấp kín sự cô đơn. Vì thế, sự đồng hóa được-nội-tâm-hóa là một kích thích tố quý báu cho sự trưởng thành. Đó là bí quyết để gạt hái thành công trong việc huấn luyện. Nhà huấn luyện có nhiệm vụ cổ vũ người thụ huấn phát huy tự do và sáng kiến, đồng thời trung thành với sáng kiến đó trong tinh thần trách nhiệm.

Như vậy, khi tương quan đồng hóa không nhằm đáp ứng một nhu cầu phải thỏa mãn, nhưng sẵn sàng đón nhận một thực tại khác hơn hạnh phúc thuần túy vật chất hay tâm lý, và hòa hợp với hạnh phúc toàn diện của con người, bấy giờ tương quan đồng hóa sẽ giúp chúng ta trưởng thành. Nói một cách chuyên môn hơn: Khi chúng ta đồng hóa với một người hay một nhóm, nếu tương quan đó giúp hình ảnh bản thân chúng ta hòa nhập với những giá trị của mình, thì đó là sự đồng hóa được-nội-tâm-hoá.

D. NỘI TÂM HÓA

Nội tâm hóa là một tiến trình, trong đó chủ thể chấp nhận ảnh hưởng của xã hội, nhận lấy những giá trị và thái độ mà xã hội đề nghị làm của mình, bởi vì chủ thể thấy chúng có giá trị tự tại và phù hợp với hệ thống giá trị của mình. Nội tâm hóa có nghĩa là đưa một điều gì đó vào trong người mình, biến điều đó thành của mình, và nhờ đó mà khám phá ra căn tính của mình.

Lý do khiến chủ thể gắn bó với các thái độ mà xã hội đề nghị chính là nội dung của thái độ, chứ không phải áp lực xã hội buộc họ phải tuân thủ, hay cảm thấy thỏa mãn vì được quan hệ với những người có uy tín. Họ chấp nhận đề nghị của người khác, không phải vì người khác đề nghị, nhưng vì lời đề nghị tự nó có giá trị và người khác đáng tin. Khi chúng ta nội tâm hóa một giá trị mà chính mình đã lượng giá, thì giá trị đó không còn phụ thuộc xã hội nữa, mà trở nên một phần trong hệ thống giá trị của mình: Đó là một xác tín cá nhân. "Chính nội dung của hành vi mà xã hội đề nghị, tự bản chất, mang lại sự thỏa mãn. Chủ thể tiếp nhận hành vi đó vì họ thấy hành vi đó có thể giúp họ giải quyết vấn đề phù hợp với định hướng của mình, hay những giá trị của mình đòi hỏi phải hành động như thế. Tóm lại, chủ thể thấy hành vi đó tự bản chất thì thích hợp để giúp cho các giá trị của mình được triển nở tối đa. Những đặc điểm của tác nhân có một vai trò quan trọng trong tiến trình nội tâm hóa, nhưng ở đây, điều chính yếu là tính khả tín của tác nhân và tương quan của tác nhân với nội dung mà mình đề nghị." Để duy trì thái độ ấy, chủ thể không cần xã hội khuyến khích nữa, vì họ cảm thấy hài lòng khi trung tín với điều mình xác tín, ngay cả khi chẳng được ai tán thành hay khi họ phải trả giá cho sự trung tín đó.

Tuy nhiên, chúng ta không nên đánh đồng việc nội tâm hóa với sự hợp lý. Để nội tâm hóa, một mình trí óc một mình con tim hay một mình ý chí mà thôi thì không đủ. Nó đòi hỏi phải toàn nhập hài hòa toàn thể con người cùng với tất cả năng lực tinh thần. Việc nội tâm hóa đặt nền tảng trên việc hòa nhập siêu lý tính (super-rational) giữa tinh thần-tình cảm-ý chí. Nội tâm hóa là một quyết định của chủ thể, nó có thể xuất phát từ một suy tư hay một cảm xúc, nhưng luôn kết thúc với việc chủ thể phát hiện ra sự lôi cuốn. Đó là một cảm nhận,

thoạt đầu thì mơ hồ, nhưng càng ngày chủ thể càng thấy nội dung đó là động lực giúp mình lớn lên. Nội dung đó tôn trọng những đòi hỏi và tính toàn diện của con người; là điều đáng khao khát và đáng cho mình chịu khó nhọc để chiếm lấy, thậm chí phải trả giá bằng những hy sinh. Tóm lại, hạt nhân và sức mạnh của việc nội tâm hóa là ở chỗ nội dung của nó có khả năng hòa nhập với hệ thống các giá trị của chủ thể.

Trong khi thái độ tuân thủ và việc đồng hóa không được nội-tâm-hoá không hòa nhập với những khía cạnh khác của nhân cách, có vẻ giả tạo và biệt lập, thì hành vi được nội tâm hóa là một phần thiết yếu của con người, biểu hiện thực chất của chủ thể vào thời điểm nhất định (cái tôi hiện thực) và điều chủ thể muốn thực hiện (cái tôi lý tưởng). Đó là những động lực mà chủ thể xác tín. Bấy giờ, trong thái độ có một sự hài hòa giữa chức năng diễn đạt và chức năng hiểu biết. Nội tâm hóa là nhân tố thống nhất nhân cách: Thật vậy, trọng tâm của căn tính là một xác tín và chủ thể dần thân hoàn toàn có tính chất cá nhân.

- Tóm lại, tiến trình nội tâm hóa gồm ba cấu tố sau đây:
- Chủ thể có khả năng tiếp nhận một giá trị tự thân và khách quan.
 - Chủ thể cảm thấy bị lôi cuốn bởi giá trị đó, đến nỗi chủ thể nhận thấy giá trị đó là sự thiện tự thân, đáng ao ước và thích hợp với nhân cách của mình.
 - Chủ thể tìm thấy nơi giá trị đó nội dung lý tưởng của mình: một điều gì đó siêu việt và viên mãn.

Để đáp ứng ba điều kiện trên đây, chủ thể phải có sự nhất quán tổng quát. Nội tâm hóa vừa là kết quả sự nhất quán, nhưng khả năng nội tâm hóa lại là yếu tố cơ bản giúp chủ thể sống nhất quán.

Việc nội tâm hóa hẳn là mục tiêu mà chúng ta hằng vươn tới Mục đích của huấn luyện là tạo điều kiện thuận lợi cho người thụ huấn phát huy "khả năng nội tâm hóa," nghĩa là người thụ huấn cần chú trọng đến những xác tín bên trong hơn sự khuyến khích của người khác.

Bảng XII. Sự Tuân thủ, Đồng hóa và Nội tâm hoá

	Tuân thủ	Đồng hóa	Nội tâm hóa
Trước: 1. Mục tiêu của	- Hiệu quả xã hội	- Tương quan giúp xác định	- Mở rộng hệ thống giá trị tối

chủ thể	- Quyền	chính	đa.
2. Sức	thường	mình.	- Tính khả
mạnh của	phạt	- Sự thu	tín
nguồn	- Đồng	hút	- Những
mạch	nhất bên	- Chấp	xác tín hội
3. Tác	ngoài –	nhận	nhập
động trên	công khai	trong nội	trong toàn
hành vi		tâm	thể nhân
			cách
Hậu quả:	- Nguồn	- Tương	- Khả
1. Điều	mạch phải	quan có	năng diễn
kiện để	cảnh giác	khả năng	tả của
thực hiện	- Hậu quả	giúp chủ	hành vi
hành vi.	tương tự,	thể xác	- khám
2. Điều	nhưng	định căn	phá một
kiện để	theo cách	tính.	cách thức
loại bỏ	khác (tự	- Chấm	tốt hơn
hành vi	vệ)	dứt tương	để sống
3. Loại	- Sự chọn	quan hay	các giá
tác phong	lựa bị giới	không còn	trị.
	hạn	xác định	- Uyển
		bản thân.	chuyển
		- Khuôn	mạch lạc.
		mẫu	

E. CÁCH THỨC NỘI TÂM HÓA

Khả năng nội tâm hóa mang lại cho đời sống một sắc thái đặc biệt, tương ứng với ba cấu tố của tiến trình nội tâm hóa: thực tế, khả năng chịu đựng sự căng thẳng và hoạt động có hiệu năng.

1. Kỳ Vọng Thực Tế

Khi chúng ta sống theo những điều mình xác tín và không lệ thuộc người khác, chúng ta nhận thấy mình đi đúng hướng mà không khinh dễ hay đề cao bản thân, cũng không xem người khác là kẻ thù hay đồ vật để mình sử dụng. Chúng ta đến với cuộc sống với thái độ

thực tế và không chờ đợi cuộc sống sẽ thỏa mãn mọi nhu cầu của mình. Chúng ta không có thái độ luôn luôn khao khát nhận lãnh, nhưng sẵn sàng trao ban. Chúng ta hiểu rõ những giá trị đích thật; vì thế, khi chúng ta suy nghĩ để lập chương trình sống, chúng ta luôn chân thật, nghĩa là trung thực và khách quan. Ví dụ: Khi chúng ta nội tâm hóa các giá trị vị tha, chúng ta sẽ xét mình dưới ánh sáng của những giá trị đó, và xem người khác là đối tượng mà chúng ta hiến thân phục vụ. Chúng ta tìm những cơ hội trong cuộc sống để thể hiện lý tưởng của mình, sẵn sàng chấp nhận khó khăn hay hiểu lầm, sẵn sàng trả giá cho lý tưởng của mình và chơi một trận thua trông thấy.

Khi chúng ta tiếp cận các giá trị mà không nhắm đến những mục tiêu thứ yếu, chúng ta sẽ hiểu tất cả ý nghĩa và mọi hệ lụy của giá trị đó hơn: Chúng ta can đảm nhận diện thực chất của mình và của xã hội, mà không loại trừ những khía cạnh mà mình không thích, không coi thường những trợ giúp mà mình đã nhận và cũng không có cái nhìn thiên vị hay phiến diện. Khi chúng ta có một cái nhìn thực tế, chắc chắn chúng ta cũng hoạt động rất hiệu quả, bởi vì khi chúng ta loan báo những điều mình xác tín và đã trải nghiệm trong cuộc sống, bấy giờ lời loan báo của chúng ta trở nên đáng tin.

Trái lại, nếu chúng ta không nội tâm hóa kiến thức của mình, thì năng động sẽ có dấu hiệu mâu thuẫn: Khi chủ thể chọn một giá trị và tuân giữ cách công khai, nhưng nếu họ không đón nhận giá trị đó vì hiệu lực nội tại của nó hay theo đuổi giá trị vì chính nó, họ không thể biết giá trị đó một cách toàn diện và sâu sắc được. Một mặt, họ thấy mọi thực tại đều bị ô nhiễm, từ bản thân mình đến những điều họ nhận được từ người khác. Họ coi trọng một vài khía cạnh quá mức và không nhận thấy những khía cạnh khác (bóp méo nhận thức). Mặt khác khi họ đến với cuộc sống, họ thầm kín yêu sách cuộc sống phải thỏa mãn những nhu cầu mà họ chưa giải quyết được hay phải loại trừ chúng hoàn toàn. Họ chọn nghề hay chức vụ trong xã hội với một giả định tiềm ẩn như thế (những kỳ vọng không thiết thực). Do đó, nếu trong vô thức họ có nhu cầu muốn trở vượt tha nhân, thì ngay cả khi họ chọn một giá trị trái ngược với nhu cầu đó, họ luôn luôn đặt mình ở trung tâm và hy vọng vai trò của họ sẽ cho họ có được vị thế đó. Họ nghĩ những người khác có thể trở thành địch thủ hay là tay sai chung quanh mình (loại người này xem tha nhân là "đồ vật" mà mọi người cần có chung quanh mình)

Hiện tượng bóp méo nhận thức trở nên phổ biến hơn trong đời sống tâm linh của chủ thể và dần dần chi phối cách họ hoạch định cuộc sống, chọn lựa và nhìn về tương lai. Vì thế, họ không thể phán đoán khách quan, nhưng diễn giải ý nghĩa đích thật của các giá trị và thái độ một cách tùy tiện, ngay cả những giá trị được xem là bất biến và đã được hệ thống hóa một cách chính xác. Việc bóp méo nhận thức không chừa bất cứ lãnh vực nào:

Từ nhận thức bản thân đến việc diễn giải thông điệp, từ quan hệ với tha nhân đến việc phân định.

Đàng khác, họ cũng phóng đại những kỳ vọng thiếu thực tế: Một thế giới những niềm hy vọng và lý tưởng ngày càng tỏ ra là không tưởng và dễ tổn thương. Vì những kỳ vọng đó không thiết thực, nên trong thực tế họ không thể kiểm chứng được, và vì thế, họ cảm thấy xa lạ với mình (không còn biết mình nữa) và với xã hội (không còn hòa hợp với nhóm nữa). Vì bóp méo nhận thức và ảo tưởng, chủ thể chóng trở thành người hoang tưởng và thoái lui, đồng thời cảm thấy tâm hồn trống rỗng: Về hưu non và tìm "tổ ấm," thậm chí tức giận và tự cô lập là những hình thức giúp họ tiếp tục hy vọng, ít là trong tưởng tượng. Lối sống đó hẳn sẽ tác hại nhiều đến việc chứng tá.

2. Căng Thẳng Trong Việc Từ Bỏ

Nội tâm hóa không phải là đơn giản hóa cuộc sống và làm cho cuộc sống trở nên dễ chịu, bằng cách cắt đi mọi nhọc nhằn và khó chịu. Có lẽ Freud đã sai lầm khi khẳng định rằng con người khao khát một cuộc sống không có căng thẳng hay một cuộc sống ít căng thẳng nhất. Nhận định của ông hoàn toàn chính xác đối những người theo đuổi một cuộc sống điều bình dựa trên nguyên tắc khoái lạc. Tuy nhiên, tình trạng điều bình không phải là lý tưởng của đời sống: Nó dường như muốn nói rằng cuộc sống tốt nhất là cái chết, khi đó con người hoàn toàn không còn căng thẳng; và đây lại là một sự mâu thuẫn. Cuộc sống cần có một mức độ căng thẳng nhất định. Đó là kinh nghiệm của mọi người: Sự căng thẳng là năng lực tinh thần, làm phát sinh mọi hoạt động tinh thần và là động lực chính của mọi đam mê. Không có căng thẳng thì chúng ta khỏi phải đau khổ, nhưng cũng không có niềm vui. Chúng ta nghỉ ngơi, nhưng chẳng xây dựng được gì. Chúng ta có cảm tưởng mọi chuyện xuôi chảy, nhưng vào một lúc nào đó chúng ta sẽ buồn chán vì không làm gì cả. Dù sao đi nữa, vấn đề ở đây là xem xét sự căng thẳng thuộc loại nào và ở mức độ nào.

Khả năng nội tâm hóa hẳn đưa đến một sự căng thẳng trong việc từ bỏ: Đó là "tâm trạng" lo sợ và do dự, không ngoan cố hay chi phối hành vi. Cảm xúc đó phát xuất từ một nhu cầu hiện nay chưa được thỏa mãn, nhưng không đáng kể về phương diện chức năng. Nói cách khác, sự căng thẳng biểu thị một cảm giác đau khổ vì phải từ bỏ một nhu cầu, nhưng sự căng thẳng đó ít ảnh hưởng đến sự quân bình trong tâm hồn chủ thể và cũng không phải là trọng tâm của cảm xúc. Thật vậy, để nội tâm hóa một giá trị, chúng ta phải trả giá bằng việc từ bỏ một nhu cầu trái nghịch với giá trị, nhu cầu đó gọi là nhu cầu mâu thuẫn. Vấn đề không phải là sự từ bỏ, nhưng là lý do khiến chúng ta chấp nhận từ bỏ. Sự từ bỏ không làm chúng ta thất vọng, khi chúng ta từ bỏ vì sự thúc đẩy của cái tôi lý tưởng: Chúng

ta nhận thấy mình qua giá trị mà mình đã chọn, và nhất là cảm thấy bị thu hút bởi giá trị đó. Chính sự thu hút đó làm cho nghị lực chúng ta tăng lên gấp đôi, nhờ đó chúng ta kiên trì vươn tới giá trị và kiềm chế những nhu cầu đối nghịch với giá trị. Nội tâm hóa là một trải nghiệm về sự lôi cuốn mạnh mẽ của giá trị: Nhờ sự lôi cuốn đó mà chúng ta chấp nhận sự căng thẳng của việc từ bỏ. Mặc dầu chúng ta đau đớn vì phải hy sinh, nhưng đó là một sự hy sinh mà chúng ta ý thức, tự do chấp nhận. Tuy nhiên, sự đau đớn đó không xâm chiếm toàn thể đời sống tâm linh chúng ta. Đôi khi nỗi đau có thể dai dẳng, nhưng chúng ta luôn luôn kiềm chế được.

Để thực hiện những điều trên đây, chúng ta cần hai điều kiện năng động-tâm lý sau đây:

a. Trọng tâm của cảm xúc và sự lôi cuốn phải là một giá trị, chứ không phải nhu cầu: Nếu một giá trị đem lại cho tôi căn tính, tôi cảm thấy phải biến giá trị đó thành giá trị của tôi. Không những tôi cảm nghiệm giá trị đó "tự bản chất là tốt và đem lại sự vui thoả, nhưng còn là một giá trị hấp dẫn và thích hợp "với tôi".

b. Sự căng thẳng, vì không đáp ứng một nhu cầu mâu thuẫn, không được xâm chiếm toàn thể cơ cấu tâm linh: Chúng ta vẫn có thể kiểm soát được sự căng thẳng và không để nó chi phối những khả năng năng tinh thần, cảm xúc và ý chí. Những khả năng đó vẫn hướng về giá trị, dù chúng phải chịu áp lực căng thẳng. Nhu cầu mà chúng ta loại trừ không biến mất, nhưng vẫn còn lôi cuốn; nhưng dù sao đi nữa thì nó vẫn ở trong tầm kiểm soát của chúng ta, bởi vì giá trị mà chúng ta đã nội tâm hóa có sức thu hút mãnh liệt hơn, cho dù không phải lúc nào giá trị đó cũng là một ước muốn cảm tính.

Mọi chương trình huấn luyện nên loại bỏ cái huyền thoại cho rằng người trưởng thành thì tự do và có khả năng bộc lộ những tiềm năng của mình. Cái tôi nhân loại phải tự hạn chế để phát triển bản thân. Quan điểm của khoa tâm lý về sự nhất quán là: "Chúng ta chỉ có thể dần thân thật sự, khi chúng ta không thể đảo ngược quyết định mà mình đã chọn, cho dù chúng ta phải hy sinh và trả giá cho một vài phần thưởng trong tương lai". Khi chúng ta từ bỏ như thế, chúng ta có được niềm vui của sự chọn lựa. Điều quan trọng là chúng ta phải biết tại sao chúng ta từ bỏ (do giá trị thúc đẩy) và chân thành khi từ bỏ (vì sự lôi cuốn của giá trị).

Một loại căng thẳng khác là căng thẳng vì thất đoạt: Đó là cảm xúc lo sợ và do dự, ít nhiều dai dẳng và chi phối hành vi chủ thể, khi một nhu cầu quan trọng về phương diện chức năng hiện nay không được thỏa mãn. Đó là sự thất đoạt do mâu thuẫn nội tâm gây ra: Tôi phải tha thứ, nhưng tôi cũng muốn chứng minh là mình đúng; tôi muốn hợp tác, nhưng tôi

cũng muốn làm theo ý riêng; tôi muốn nhường nhịn, nhưng tôi cũng muốn giữ vững lập trường để người khác phải đầu hàng. Bởi thế, chủ thể đứng giữa điều mình muốn và điều mình không muốn: Nếu tôi ngã theo sự thúc bách, sau đó tôi sẽ bối rối. Nếu tôi đi theo giá trị, tôi cảm thấy mát mát một điều gì đó thiết yếu. Hành vi đi sau (bối rối, cảm thấy mát mát) sẽ không ổn định và mâu thuẫn. Ở đây, chúng ta thiếu hai điều kiện nói trên. Trung tâm của sự chú ý và thu hút cảm xúc là một nhu cầu. Nhu cầu đó tuy mâu thuẫn với giá trị mà chủ thể chọn, nhưng nó vẫn giữ một vai trò quan trọng đối với hình ảnh bản thân và việc thể hiện bản thân của chủ thể. Ngoài ra, nếu chủ thể không đáp ứng nhu cầu đó, nó sẽ gây ra một nỗi xao xuyến lan tỏa và xâm chiếm toàn thể đời sống tâm linh của mình. Bấy giờ, từ bỏ là cảm thấy trống rỗng, một sự trống rỗng mà họ không thể lấp đầy bằng cách nào khác. Sự trống rỗng đó chi phối hoạt động của nhân cách, gây chia trí, đôi khi làm xáo trộn sinh hoạt trong đời sống và khó có thể kiểm soát được. Cũng phải thừa nhận rằng một quyết tâm khắc nghiệt (và không bền bỉ) hay một sự khổ chế bó buộc thường làm cho người ta kháng cự và gây ra căng thẳng, cùng với sự lãng phí năng lực và nỗi buồn mênh mang. Khi từ bỏ, chủ thể có ấn tượng là mình bị lừa và mất quyền lợi; bấy giờ họ sẽ lý tưởng hóa trái cấm hay sẽ khinh thường nó. Trong bất cứ trường hợp nào thì họ vẫn không hạnh phúc và vững tin vào sự chọn lựa của mình (bất chấp những khẳng định của mình); bề ngoài thì họ tuân giữ các lý tưởng, nhưng bên trong thì không thật sự say mê các lý tưởng. Khi họ phải chịu đựng sự căng thẳng nội tâm, họ khó trung thành với lời cam kết. Họ không thể tìm đủ động lực để tiếp tục nói "không" với một nhu cầu ngày càng ám ảnh và đòi hỏi mãnh liệt hơn.

3. Thi hành Vai Trò

Nội tâm hóa còn giúp chúng ta định hướng các hoạt động và những vai trò khác nhau trong sự hài hòa và thống nhất, làm nên cung cách hành động của chúng ta. Chúng ta thi hành nhiều vai trò: Một số vai trò không do chúng ta chọn (nam hay nữ, người Ý hay Phi Châu...), một số khác thì do chúng ta chọn (nghề nghiệp), một số khác chúng ta nghĩ là quan trọng (ơn gọi), một số khác nữa thì kém quan trọng hơn (sở thích và vai trò liên quan đến các thái độ đặc trưng). Những vai trò này đôi khi khác biệt với nhau hoàn toàn. Một người có thể vừa là bác sĩ, vừa là cha gia đình, vừa là người say mê nghệ thuật, vừa là thành viên câu lạc bộ thể thao, v.v... Các vai trò ấy thường rời rạc với nhau: Mỗi vai trò riêng rẽ thường khó biểu thị cho toàn thể nhân cách. Các vai trò rất thường xung khắc với nhau: Vai trò làm mẹ không dễ hòa hợp với vai trò một chuyên viên; vai trò giám đốc xí nghiệp thường ra lệnh chỉ huy không dễ hòa hợp với vai trò một người cha đầy thông cảm. Vì những lý do đó, đời sống chúng ta dễ bị phân mảnh: Chúng ta có thể để hết tâm trí vào một vai trò nào đó, đảo lộn các vai trò bằng cách gán tầm quan trọng cho những vai trò thứ yếu

và sống như người bị phân liệt tâm thần...

Theo định nghĩa, ai có khả năng nội tâm hóa thì biết mình dựa trên những xác tín. Vì đời sống người đó được điều khiển bởi những xác tín của mình, nên họ biết tổ chức những vai trò khác nhau sao cho mỗi vai trò có một tầm quan trọng tương xứng, sắp xếp các vai trò theo thứ tự ưu tiên và thi hành những vai trò đó như phương tiện để thể hiện lý tưởng của mình. Nhờ khả năng nội tâm hóa, họ có được một phong cách sống và làm việc dễ thành công: Họ xem mỗi hoạt động là một phương tiện để biểu lộ và thể hiện các giá trị siêu việt và các giá trị đó là động lực thúc đẩy họ quyết định hoạt động như vậy. Vì thế, có một liên hệ hiển nhiên giữa việc chọn lựa giá trị và những vai trò khác nhau; giá trị là mục tiêu còn vai trò là phương tiện. Giá trị chỉ rõ sự xác tín và cung cấp động lực; vai trò là những cách diễn tả giá trị và làm cho giá trị có tác dụng. Những xác tín do bản chất thì ổn định và bộc lộ căn tính của cái tôi. Cách thức để biến xác tín thành hiện thực có thể thay đổi. Tóm lại, giá trị thì trỗi vượt hơn con người, nhưng vai trò thì không luôn luôn hay đương nhiên như thế.

Định hướng vai trò thì đối nghịch với định hướng giá trị: Chủ thể xem hoạt động như là mục đích tự thân, bởi vì hoạt động có khả năng làm cho họ thỏa mãn và căn tính của họ dựa trên hoạt động. Định hướng đó thay đổi hoàn toàn trật tự đẳng cấp: Vai trò trở thành tuyệt đối, và giá trị chẳng qua chỉ là đồ trang sức. Xu hướng đó đã bắt đầu trong vô thức, nhưng không ảnh hưởng đến việc chủ thể công bố các giá trị và họ có thể vạch kế hoạch chính xác cho các giá trị. Tuy nhiên, vì chủ thể thay đổi cách nhận thức bản thân, nên họ không còn tập trung vào lý tưởng nữa, mà tập trung vào một số vai trò để thể hiện mình, chứng tỏ tài năng của mình và bảo toàn lòng tự trọng khi đối diện với mình hay với người khác. Đó không phải là tiến trình nội tâm hóa, nhưng là sự đồng hóa phi-nội-tâm-hóa.

Chủ thể gắn bó tuyệt đối với một vai trò, hầu như không thể tách rời khỏi những hoạt động hay chức vụ nhất định, bởi vì chúng làm cho họ cảm thấy mình là "người quan trọng." Từ bỏ những hoạt động và chức vụ đó là rơi vào cơn khủng hoảng căn tính. Chúng đã được "kết nạp." Xét theo bề ngoài, họ là người dồn hết tâm trí vào việc mình làm, đầu tư mọi khả năng để đạt thành công. Tuy nhiên, tác phong của họ biểu hiện sự ái kỷ và tự mãn tinh vi vì chức vụ của mình. Về lâu về dài, tác phong đó sẽ làm cho họ buồn chán. Thật thế, khi họ thi hành vai trò không phải như phương tiện, mà như mục đích tự thân, thì vào một thời điểm nào đó, họ có nguy cơ thi hành như một thói quen, thiếu nhiệt tình, gần như một cam chịu vì "việc phải làm." Mọi việc họ làm vì lợi ích cá nhân, thì dù có làm cho họ hài lòng đến mấy đi nữa, rồi cũng sẽ trở nên tẻ nhạt. Đó là quy luật tinh thần. Nếu chúng ta thiếu một động cơ cao thượng hơn nhằm đề cao cái tôi lý tưởng và tôn trọng sự quân bình nội tâm con người,

rốt cục chúng ta sẽ cảm thấy bị lừa dối và thất vọng vì vai trò của mình. Và điều quan trọng hơn cả là chúng ta thiếu khả năng và bền chí để chuyển tải những giá trị.

Bảng XIII. Tiến trình nội tâm hóa và phi nội tâm hoá

KẾT LUẬN: HIỆN TẠI VÀ QUÁ KHỨ



[TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG](#) → [Phần 2. CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG](#)

Albert là một chàng trai nghiện ma túy. Anh lấy trộm đồ đạc trong nhà, nghỉ học và mất việc. Hiện nay anh đang bị suy sụp. Tại sao? Anh sống trong một gia đình đầy xung đột: Sau nhiều năm tranh chấp, cuối cùng cha mẹ anh quyết định ly thân, nhưng họ vẫn tranh đấu dành cho được tình cảm của Albert bằng cách hăm dọa và trả thù. Lần nọ, Albert bực tức với cả hai ông bà, lấy tàu đi Amsterdam tìm ma túy. Quá khứ của Albert có thể lý giải tình trạng hiện nay của anh không? Theo một nghĩa nào đó thì được: Quá khứ cung cấp những dữ liệu thiết yếu để hiểu toàn bộ đời sống của anh. Tuy nhiên, có nhiều thanh niên khác cũng sống trong hoàn cảnh tương tự, thậm chí còn tệ hơn, nhưng đã không sử dụng ma túy. Vậy đâu là sự khác biệt? Liệu chúng ta có thể khẳng định quá khứ không có mặt ở đây và "những động lực quá khứ không lý giải được gì, trừ phi chúng cũng là những động lực hiện nay?"

Có nhiều nhầm lẫn trong vấn đề này: Những chân lý phiến diện dưới dạng khẩu hiệu thường được người bình thường tin là chân lý toàn diện. Người ta miệt mài trở về thời thơ ấu để tìm ra nguyên nhân hiện nay đang làm cho mình đau khổ: phức cảm Oedipus, phức cảm bị thiếu, thất đoạt trong giai đoạn tiền-oedipus, chấn thương khi mới sinh ra.v.v... Vì lẽ đó, một số nhà tâm lý học nhiệt huyết yêu cầu những bậc làm cha mẹ và các nhà huấn luyện phải thận trọng: Đừng làm con cái thất vọng, sự căng thẳng hôm nay có thể gây ra chấn thương mà trong tương lai chúng ta không thể đảo ngược.

1. Lý Luận Theo Định Luật Nhân Quả

Chúng tôi muốn nói đến thuyết tâm lý di truyền (psychogenetics). Thuyết này dựa vào quá khứ để giải thích hiện tại - về mặt nhân quả, ý nghĩa, nguyên nhân và hệ quả như trong các khoa học tự nhiên. Một vi khuẩn gây nhiễm trùng thế nào, thì một chấn thương thời thơ ấu cũng gây ra chứng nhiễu loạn thần kinh như vậy.

Lý luận theo định luật nhân quả đi theo lược đồ này: Trong thời thơ ấu, đứa trẻ sống và hành động dưới ảnh hưởng của thúc bách bản năng dựa theo lô-gíc của "nguyên tắc

khoái lạc". Tìm thỏa mãn tối đa, tránh né thất bại và sự trừng phạt bao nhiêu có thể. Tác phong quy ngã đó sớm hay muộn cũng khiến cho cha mẹ không tán thành. Bởi thế, đứa trẻ buộc phải từ bỏ ngay cái lô-gic đó. Nguyên tắc khoái lạc được thay thế bởi "nguyên tắc thực tế." Thế nên, sự thúc bách bị ức chế, và với thời gian, ký ức về tình huống liên quan đến sự thúc bách cũng bị ức chế. Tuy nhiên, những điều bị đứa trẻ ức chế vẫn sống động trong vô thức. Về sau, khi một tình huống giống như tình huống trước đây (giống thật sự hay ức đoán) làm cho sự xung đột vô thức tái hoạt cùng với năng lực cảm xúc, bấy giờ chủ thể có triệu chứng nhiễu loạn thần kinh. Khi chúng ta giúp bệnh nhân nhận ra (hồi tưởng) điều mình đã ức chế, thì nguyên nhân gây ra sự rối loạn hiện nay sẽ không còn: Hiện tại được lý giải nhờ quá khứ.

Chưa nói đến những thay đổi và biến đổi xảy ra trong vô thức, cách lý luận theo định luật nhân quả đưa ra ba khẳng định cơ bản:

- a. Có một tương quan trực tiếp giữa một số kinh nghiệm thời thơ ấu và một vài hành vi của người trưởng thành.
- b. Việc hồi tưởng những kinh nghiệm và cảm xúc liên hệ đến các kinh nghiệm đó giúp điều chỉnh hành vi hiện nay.
- c. Những biến cố thời thơ ấu có liên hệ với đời sống hiện nay, bởi vì ký ức tuy đã bị ức chế nhưng vẫn còn hoạt động trong vô thức và tác động trên hành vi hiện nay.

Tiếp đến, người ta đưa lược đồ nhân quả vào khung quy chiếu tổng quát, theo đó thì nhân cách người trưởng thành về cơ bản thì không thể thay đổi. Sau tuổi dậy thì, nhân cách người ta không thể thay đổi triệt để, trừ phi người ta trải qua những biến cố đặc biệt có tác dụng thay đổi (ví dụ trị liệu phân tâm).

Mối quan hệ hiện tại-quá khứ là điều không còn nghi ngờ gì nữa. Nó được xác minh hợp lý qua cái nhìn toàn diện về bản ngã và qua vô số công trình nghiên cứu thực nghiệm: Chẳng hạn như ký ức cảm xúc và các nhân tố trong quá khứ chi phối nhận thức tri giác, những nghiên cứu về việc thiếu kích thích giác quan, và nguồn gốc của thái độ. Điều nan giải là làm sao xác định bản chất mối tương quan đó. Thật thế, cách lý luận dựa trên định luật nhân quả mà chúng ta trình bày trên đây còn để lại những nghi ngại nhất định.

Khẳng định về ký ức (điểm b) thì mơ hồ. Trong lô-gic phân tâm học, hồi tưởng hay nhớ lại mang một ý nghĩa khác: Đó là sống lại cảm giác mà mình đang nhớ hơn là sống lại sự kiện thật sự đã xảy ra. Thật vậy, một trong những khám phá chính của Freud là tầm quan trọng của tưởng tượng. Trong những buổi tâm lý trị liệu đầu tiên, ông kinh ngạc vì

những bệnh nhân nữ đã kể lại "những ký ức" về lạm dụng tính dục mà họ đã chịu trong thời thơ ấu. Sau khi điều tra, ông mới biết đó là những chuyện bịa đặt. Họ nói thế không phải vì dối trá; những chấn thương của họ không do việc lạm dụng tính dục, nhưng phát xuất do một tình huống trong đó họ có những tưởng tượng ấu trĩ về lạm dụng tính dục. Chính vì sức mạnh của trí tưởng tượng, người ta không xem sự kiện là quan trọng, nhưng cách sống sự kiện đó mới quan trọng, dù có thực hay chỉ tưởng tượng. Như thế, trong tương quan hiện tại-quá khứ, điều quan trọng không phải là sự kiện: Cũng có thể là sự kiện đã không xảy ra. Điều quan trọng là tình trạng tâm linh hiện nay của chủ thể, bởi chủ thể là người giải thích quá khứ. Bởi vậy, điều khiến chủ thể thay đổi không phải là đưa sự kiện quá khứ về lại vùng ý thức, nhưng là ý thức của chủ thể về việc mình đang sống quá khứ như thế nào. Chúng ta không thể can thiệp vào quá khứ để thay đổi nó được, nhưng chúng ta có thể thay đổi cách thức chúng ta sống cái quá khứ ấy.

Khẳng định về việc ức chế cũng là vấn đề còn phải bàn luận (điểm c). Chúng ta đặt câu hỏi như Macintyre đã từng nêu ra: "Khi có sự ức chế, chúng ta có thể quan sát được không?". Nếu chúng ta nói: "Tôi có một cảm xúc quan trọng bị ức chế", bây giờ đâu còn sự ức chế nữa. Sự ức chế không thể quan sát được: Chúng ta chỉ có thể biết một kinh nghiệm đã bị ức chế nhờ hành vi và cảm xúc đến sau kinh nghiệm đó. Vì thế, khi chúng ta khẳng định là mình đã bị ức chế, thì khẳng định đó còn tùy thuộc kinh nghiệm quá khứ của chúng ta. Tuy nhiên, khi nói rằng tôi đã có một kinh nghiệm, thì điều đó đâu ám chỉ kinh nghiệm đó là nguyên nhân của kinh nghiệm hiện nay. Người ta có thể rất xao xuyến khi nhớ lại một sự kiện quá khứ, nhưng nỗi xao xuyến đó có thể cũng tan biến. Họ đã ức chế ký ức đó. Trong trường hợp đó có thể có một quan hệ giữa ký ức và sự xao xuyến, nhưng không đương nhiên là quan hệ nhân quả. Nhờ vô thức, chúng ta chỉ có thể lý giải sự liên tục giữa thời thơ ấu và đời sống trưởng thành, chứ không giải thích được sự nhân quả tất yếu.

Cuối cùng, chính khung quy chiếu cũng mơ hồ. Quả thực, có một sự thay đổi từ thời thơ ấu đến tuổi trưởng thành, ngay cả khi không xảy ra điều gì khác thường. Toàn thể số phận con người không thể bị giới hạn trong những năm đầu tiên của cuộc đời.

Để làm sáng tỏ mối quan hệ hiện tại-quá khứ, chúng ta phải nghiên cứu theo chiều dọc, tức là quan sát một nhóm người từ đầu cho đến cuối thời gian chúng ta muốn nghiên cứu. Rất ít công trình nghiên cứu theo chiều dọc về lứa tuổi vị thành niên và trưởng thành, bởi vì người ta gặp không ít khó khăn khi nghiên cứu theo phương pháp này: Người ta phải mất một thời gian dài để thu thập dữ liệu; sau khi đánh giá lần đầu, nhiều đối tượng biến mất, từ chối cộng tác hay đã chết... Những khó khăn đó đã khiến các nhà khoa học thích nghiên cứu theo chiều ngang, tức là nghiên cứu các đối tượng khác nhau theo từng nhóm,

mỗi nhóm tiêu biểu cho một độ tuổi nhất định. Họ chỉ nghiên cứu một lần mà thôi và xem sự khác biệt tuổi tác là nguyên nhân đưa tới những khác biệt giữa các nhóm. Để có thể so sánh, các nhóm phải có những đặc tính chung: Cùng một môi trường, đặc điểm cá nhân, và vân vân. Những yếu tố này khó có thể kiểm tra được. Tuy vậy, bất chấp mọi trở ngại, các nhà nghiên cứu cũng đã thực hiện được những nghiên cứu theo chiều dọc đáng tin cậy. Maddi đã liệt kê và mô tả những công trình này trong bộ sách của ông. Độc giả có thể tham khảo nếu muốn.

Thêm vào đó, chúng ta còn có một công trình nghiên cứu khổng lồ của Vaillant về sức khỏe tâm thần. Ông cũng nghiên cứu theo chiều dọc, bởi vì các đối tượng mà ông nghiên cứu trong vòng 30 năm cùng thuộc phái nam. Từ những nghiên cứu đó, kết luận sau đây của Maddi được xem là chính xác: "Qua các nghiên cứu theo chiều dọc về tuổi trưởng thành và vị thành niên, chúng ta thấy rõ bằng chứng của sự thay đổi. Chúng ta có lý khi kết luận họ đã có một vài thay đổi triệt để trong nhân cách. Đôi khi chúng ta không thể dựa vào nhân cách có trước để dự đoán nhân cách sau này; sự tiến hóa theo hình xoắn ốc đôi khi làm đảo lộn chiều hướng. Tôi nhất trí với quan điểm của nhiều nhà chuyên môn về sự phát triển con người". Neugarten cũng đưa ra kết luận tương tự: Giữa hiện tại và quá khứ có nhiều liên tục cũng như thay đổi.

2. Ý Nghĩa Của Việc Lý Giải Theo Tâm Lý

Dựa trên lô-gic nhân quả tự nhiên, Bochenski đã liệt kê những điều kiện nhằm làm sáng tỏ một hiện tượng nhất định:

- Điều kiện đủ: A là điều kiện đủ cho B, khi chúng ta nói "nếu có A thì cũng có B". Nếu có A, ắt cũng có B.
- Điều kiện tất yếu: Nếu có B, thì cũng có A. Nếu không có A, ắt sẽ không có B. A là nguyên nhân đặc biệt.
- Điều kiện đủ và tất yếu: "A chính là B."

Theo lược đồ nhân quả đó, một sự kiện được lý giải khi nó bắt nguồn trực tiếp từ một sự kiện khác hay khi nó được xác định bởi sự kiện đi trước.

Trong lãnh vực tâm linh, chúng ta không thể giải thích những gì đang xảy ra theo định luật nhân quả như các khoa học thuần thủy hay y học, mà chỉ có thể giải thích trong một giới hạn rất hẹp của hành động-phản ứng. Không thể quy kết triệu chứng gọi là nhiễu loạn thần kinh cho một sự thất đoạt mà thôi: Nhiều sự thất đoạt (như phức cảm Oedipus) cũng gặp thấy nơi người trưởng thành và không đương nhiên gây ra triệu chứng nhiễu loạn thần kinh.

Chúng ta không thể chứng minh được rằng một hậu quả nhất định là lối thoát của một quá khứ. Kết quả tối đa mà chúng ta có thể tìm thấy trong quá khứ là những xu hướng tổng quát, chúng chi phối sự phát triển sau này của con người. Ví dụ: Khi một người liên kết việc sợ bề trên và sự xung đột với cha mình thời thơ ấu, điều đó chỉ muốn nói đó là mối liên lạc có thể chấp nhận được trong trường hợp cụ thể. Tuy nhiên, chúng ta không thể dựa vào đó mà thiết lập một quy tắc tổng quát như thế này: Những người cha khắt khe luôn luôn làm cho con cái mình sợ bề trên.

Ngoài ra, chúng ta có nhiều cách giải thích một triệu chứng và đôi khi những cách giải thích ấy mâu thuẫn nhau (những cách giải thích khác nhau về đồng tính luyến ái, trầm cảm, sự ái kỷ). Mỗi cách giải thích đều được hậu thuẫn bởi những yếu tố khách quan được suy diễn từ việc nghiên cứu những đối tượng trong hoàn cảnh cụ thể, nhưng các lý lẽ nguy hiểm cũng cung cấp dữ liệu hậu thuẫn cho các quan điểm khác.

Bởi vậy, khi nhà tâm lý nói đến nguyên nhân, thì từ này không được hiểu theo nghĩa hẹp, tức là những điều kiện thường đi trước một hành động mà người ta khảo sát kỹ lưỡng, mà phải hiểu theo nghĩa rộng, tức là "những lý do": Toàn bộ những lý do khiến cho một hành động khả dĩ hiểu được. Lối lý giải thứ nhất thì theo định luật nhân quả, lối lý giải thứ hai thì theo tâm lý: Nhà tâm lý có thể phân lập những sự liên hệ thỏa đáng, nhưng không vượt ngoài giới hạn của việc quan sát những nhân tố khả dĩ đã xảy ra (nhưng không tất yếu). Vì thế, những kết luận của họ không phải là quy luật cho mọi trường hợp và cũng không thể sử dụng như một định luật nhân quả để giải thích những điểm đặc thù trong tình trạng hiện nay. Cho dù những nhân tố đó có thể là những yếu tố quyết định, nhưng chúng thay đổi nhiều từ người này sang người khác. Mọi nhà tâm lý chiều sâu nhất thiết phải noi gương trực giác của Freud, nhưng không buộc phải đưa ra những kết luận giống như Freud.

Theo cách lý giải của khoa tâm lý về những yếu tố quyết định, mối quan hệ hiện tại tương lai được giải quyết theo cách này:

Qua lý luận theo định luật nhân quả, người ta có thể giữ lại cái trực giác cơ bản: Những thái độ và cách phản ứng hiện nay có thể chịu ảnh hưởng của những phản ứng và kinh nghiệm quá khứ. Vì thế, dưới ánh sáng của những kinh nghiệm quá khứ, người ta có thể giải thích được tác phong khó hiểu hiện nay, bởi vì những kinh nghiệm đó có thể chi phối chủ thể qua những cơ chế vô thức. Tuy nhiên, vẫn có khác biệt giữa sự chi phối và sự khống chế mà chủ thể không thể tránh được.

Quá khứ đóng vai trò như một nhân tố định hướng: Vì những kinh nghiệm dồi dào và đầy cảm xúc trong quá khứ, chủ thể có một loại phản ứng đặc biệt. Sự độc đáo trong phản

ứng của chủ thể tạo nên một kiểu cảm ứng nhất định, và cuối cùng sẽ đưa tới một kết quả nhất định.

- Cùng với nhân tố định hướng của quá khứ, chủ thể còn có những nhân tố khác kết hợp chặt chẽ với nhân tố định hướng. Đó là những nhân tố thúc đẩy (precipitating factors) trong hiện tại: Đó là những biến cố đặc thù (gọi là biến cố đau thương), chúng có vẻ thả lỏng cho một số phản ứng nào đó. Có nhiều loại nhân tố thúc đẩy khác nhau: Một thất bại, những trở ngại, ảo tưởng, một cuộc đấu tranh, v.v... Chúng ta không bao giờ có thể khẳng định cách tuyệt đối rằng những biến cố đau thương là nguyên nhân duy nhất đưa tới hành vi hiện nay. Tất cả chúng ta đều đau đớn vì ảo tưởng, nhưng không phải mọi người đều phản ứng cách ấu trĩ.

- Ngoài ra, cách giải thích của chủ thể về biến cố đau thương đó cũng quan trọng. Đó là ý nghĩa biểu tượng và cảm xúc mà chủ thể gán cho biến cố đó dựa trên nhu cầu, sự lo sợ và kỳ vọng của mình. Chính vì thế mà biến cố đó mang tính chất đau thương. Đây là điểm mà chúng ta có thể can thiệp.

- Ảnh hưởng của quá khứ càng lớn, khi quá khứ bị ức chế. Về phương diện này, những dữ liệu mà các nhà khoa học thu lượm được có thể tóm tắt như sau:

a) Những biến cố xảy ra sớm trong thời thơ ấu thì có nhiều ảnh hưởng hơn những biến cố xảy ra muộn thời. Đây không chỉ là lý do thời gian, mà còn bởi lý do khác: Những biến cố xảy ra sớm trong thời thơ ấu nối liền với những biến tố trong quá trình phát triển. Những biến tố này chưa được kết cấu và chưa có trật tự, nên chúng dễ bị ảnh hưởng. Những biến cố thời thơ ấu tự chúng thì không quan trọng, nhưng chỉ quan trọng khi chúng liên kết với một loại cơ cấu đặc thù, cơ cấu này còn dễ uốn nắn và rất dễ bị ảnh hưởng.

b) Người ta chưa thể chứng minh được điều này: Để phát triển bình thường về mặt xã hội (nhất là trong lãnh vực luân lý và tâm lý tính dục) chủ thể cần phải tương quan tốt với cha mẹ. Kohlberg đưa ra kết luận đó sau khi điếm qua những tác phẩm liên quan. Rulla cũng đi tới kết luận tương tự trong nghiên cứu về sự trưởng thành tôn giáo: Những người tương quan tốt với cha mẹ không đương nhiên trưởng thành hơn về nhân cách và ớn gọi.

c) Dầu sao đi nữa, nếu chủ thể không tương quan tốt với cha mẹ, sự trưởng thành của người đó bị chậm lại cho dầu mối tương quan đó không đương nhiên đưa tới sự thiếu trưởng thành. Nếu gom hai dữ liệu b và c lại với nhau, chúng ta có thể nói rằng: Mối quan hệ tiêu cực với cha mẹ gây thiệt hại cho chủ thể, nhưng mối quan hệ tích cực không phải lúc nào cũng làm lợi cho người đó.

d) Mỗi tương quan tồi tệ với cha mẹ cản trở sự trưởng thành của chủ thể, nhất là khi tương quan đó bị ức chế và được lý tưởng hóa mà chủ thể không ý thức. Nếu chủ thể phủ nhận mối quan hệ tồi tệ với cha mẹ và sống trong sự lạc quan lý tưởng hóa, sự phát triển của họ sẽ bị tác hại nhiều hơn; nhưng nếu chủ thể thẳng thắn chấp nhận thực tại tiêu cực đó, sự phát triển chắc chắn sẽ ít bị tác hại hơn.

e) Những người kém trưởng thành thường ức chế và liên tục bóp méo quá khứ. Vì thế, họ tạo nên một vòng tròn giữa hiện tại và quá khứ.

Tóm lại, con người là một đứa trẻ của quá khứ, nhưng không bị quá khứ không chế hoàn toàn. Chúng ta không xem xét mối tương quan đó dưới nhãn quan của định luật nhân quả, nhưng dưới những yếu tố quyết định thỏa đáng. Yếu tố chính không phải là yếu tố xã hội, nhưng là yếu tố nhận thức-cảm xúc: Những ảnh hưởng xã hội được sắp xếp và sàng lọc bởi cấu trúc bản ngã, vốn trỗi vượt hơn yếu tố xã hội. Trưởng thành nhận thức-cảm xúc là nhân tố định đoạt sự phát triển. Để có sự trưởng thành đó chúng ta phải liên tục tái tổ chức thực tại và xây dựng một hình ảnh bản thân ổn định và thiết thực.

3. Tự Do Và Tắt Định

Với cách lý giải tâm lý về mối quan hệ giữa hiện tại và quá khứ, con người được giải thoát khỏi sự tắt định tuyệt đối. Theo thuyết này, đời sống tâm linh con- người bị định đoạt bởi những nguyên nhân đi trước hơn là bởi ý muốn lý tính. Ví dụ: Trước khi Paul quyết định trở thành luật sư và John quyết định trở thành kỹ sư, quyết định của họ đã được định đoạt rất sớm rồi. Qua việc giáo dục họ đã tiếp thu, qua việc đồng hóa với những nhân vật quan trọng, v.v... cả Paul lẫn John đều không thể quyết định cách nào khác. Những chọn lựa của họ phản ánh hoạt động của những thế lực đi trước. Trái lại, khi chúng ta tin con người có tự do, chúng ta đặt niềm tin vào tầm quan trọng của ý chí. Nếu Paul và John tự do chọn lựa theo cách khác thì tình hình có thể khác. Tuy nhiên, chúng ta không thể khảo sát tự do và tắt định một cách thực nghiệm được. Khả thể tương lai (họ có thể hành động theo cách khác không thì không thể chứng minh được. Chúng ta chỉ có thể đưa ra một vài giải thích đáng tin cậy mà thôi: Chúng ta không bao giờ bác bỏ khả năng có thể (possibility) của sự tắt định, nhưng chỉ bác bỏ khả năng chắc chắn (probability) của sự tắt định. Vì thế, đối với tâm lý học thì vấn đề tắt định-tự do vẫn còn bỏ ngỏ, thậm chí ít được quan tâm. Sau khi khảo sát các học thuyết và những công trình nghiên cứu trong thế kỷ này, Furlong kết luận: "Không học thuyết nào đã thành công trong việc bác bỏ nhu cầu phải có một yếu tố tương đối độc lập, nảy sinh một cách nào đó từ sự tắt định sinh học. Tuy nhiên, chúng ta cũng không thể giải thích thấu triệt làm sao tự do có mặt trong vũ trụ tắt định." Chọn lựa giữa hai

cực đó hẳn là một hành động đức tin mà chúng ta không bao giờ có thể chứng minh cho đủ được.

Bởi vậy, vấn đề không phải là chọn lựa giữa sự tất định và tự do, nhưng là mức độ của hai yếu tố đó. Tin vào thuyết tất định hoàn toàn hay tin vào sự tự do trọn vẹn đều là ảo tưởng.

Chúng ta cũng không thể ứng dụng định luật nhân quả cho tương quan giữa di truyền và hành vi. Một đặc điểm tâm lý mà chúng ta thừa hưởng không đương nhiên sẽ biểu hiện nơi hành vi. Ví dụ: Năng khiếu nghệ thuật có tính di truyền không đương nhiên biến thành hoạt động nghệ thuật. Giữa tiềm năng bẩm sinh và hành vi có một biến tố tâm lý, biến tố đó đóng một vai trò quan trọng đối với hành vi của con người. Điều đó muốn nói rằng chính chủ thể là tác giả biên soạn lại toàn bộ thông tin mà mình đã tiếp nhận. Xu hướng di truyền chỉ là một trong những thông tin đó. Việc chim xây tổ liên quan trực tiếp đến cơ cấu di truyền của loài chim hơn hành vi con người đối với tính di truyền. Vì con người được cấu tạo trên ba cấp bậc của đời sống tâm linh, nên hành vi con người ngày càng ít bao gồm những cơ chế có sẵn, vốn áp đặt lên con người những điều phải làm: "Di truyền chỉ ra một vài điểm trong sinh hoạt của chủ thể, nhưng chủ thể vẫn có nhiều chọn lựa khi xây dựng sinh hoạt của mình, bằng cách nối kết những sinh hoạt của mình chung quanh những điểm mấu chốt nhất định".

Đối với tự do cũng vậy, chúng ta không bao giờ tự do hoàn toàn. Quả là ảo tưởng nếu có ai nghĩ mình hoàn toàn tự do. Chúng ta có thể là nhà hoạt động cho tự do mà chính mình thì không có tự do. Sự tất định và tự do đều tương đối; mức độ tất định hay tự do tùy thuộc sự trưởng thành cảm xúc, các nhân tố xã hội, điều kiện môi sinh và nhất là tình trạng ý thức hay tình trạng vô thức của các thái độ. Ý thức càng chiếm ưu thế, thì phạm vi lựa chọn và tự do càng lớn. Phạm vi vô thức càng rộng, thì phạm vi của ý muốn lý tính càng hẹp. Qua bảng V, chúng ta có thể nói rằng nếu con người được cấu trúc trên cấp bậc tâm-thể lý, ước muốn cảm tính, các nhu cầu và cái tôi hiện thực, thì sự tất định càng lớn. Kẻ cảm thấy mình có nhiều khuynh hướng thì tự do hơn người chỉ có một khuynh hướng. Cũng thế, ai chỉ biết một cách chọn lựa thì chỉ có một cấp bậc tự do, ai có nhiều kiến thức và biết nhiều hướng hành động thì có một cấp bậc tự do cao hơn.

Con người không bao giờ đạt tới sự tự do hoàn toàn. Ngay cả sự tự do bất toàn cũng không bao giờ là một điều có sẵn, nhưng là đối tượng con người phải chinh phục. Con người không sinh ra như một người tự do, nhưng trở nên người tự do. Tự do từ lúc mới sinh là một khái niệm chỉ có trong văn chương chứ không có trong tâm lý. Trước tiên, con

người ở trong tình trạng tất định, nhưng trong mức độ con người thoát khỏi tình trạng đó, con người sẽ tạo dựng chính mình. Phạm vi của tự do thủ đắc vẫn luôn luôn tương đối. Tuy nhiên, dù phạm vi đó nhỏ bé đến đâu đi nữa, thì nó vẫn là biểu tượng của cuộc sống con người, hay ít nữa là biểu tượng cho lãnh vực quan trọng của cuộc sống, bởi vì chính con người đã tạo ra phạm vi đó. Con người tự do nhiều hay ít là ở trong phạm vi này. Đó được gọi là "chiều kích thứ hai," một phạm vi thích hợp nhất cho việc huấn luyện.

MỤC LỤC



Lời Giới Thiệu (Bản dịch Việt ngữ)

Lời giới thiệu

Nhập đề

Phần I. CON NGƯỜI NỘI TÂM

Chương 1. BA CẤP BẬC ĐỜI SỐNG TÂM LINH

- A. Mô Tả Các Cấp Bậc
- B. Cấp Bậc của Tiến Trình Toàn Nhập

Chương 2. BA CẤP BẬC CỦA Ý THỨC

- A. Định Nghĩa
- B. Nội Dung của Vô Thức
- C. Quy Luật Của Vô Thức
- D. Vô Thức Được Hình Thành Như Thế Nào
- E. Toàn Nhập Ba Cấp Bậc Ý Thức

Chương 3. TIẾN TRÌNH QUYẾT ĐỊNH: ƯỚC MUỐN CẢM TÍNH VÀ ƯỚC MUỐN LÝ TÍNH

- A. Ước Muốn Cảm Tính
- B. Ước Muốn Lý Tính
- C. Các Biến Tổ (Variable) Trung Gian
- D. Xung Khắc Giữa Các Khuynh Hướng Đáng Ao ước

Chương 4. NỘI DUNG CỦA BẢN NGÃ (EGO)

- A. Các Nhu cầu
- B. Thái Độ
- C. Chức Năng Của Thái Độ
- D. Sự Hình Thành Các Thái Độ
- E. Các Giá Trị
- F. Đi Tìm Các Giá Trị

Chương 5. CƠ CẤU BẢN NGÃ

- A. Mô Tả Bản ngã
- B. Cái Tôi Hiện Thực và Cái Tôi Lý Tưởng
- C. Căn Tính Của Bản Ngã
- D. Nhất Quán và Bất Nhất
- E. Sự Đóng Góp của Các Học Thuyết

Kết luận. LÒNG TỰ TRỌNG

- A. Biết Mình Một Cách Khách Quan
- B. Khả Năng Đánh Giá Mình Là Ai.
- C. Sự Căng Thẳng Lành Mạnh Hướng Tới Sự Thiện
- D. Toàn Nhập Những Điều Tiêu Cực Trong Đời Sống

Phần II.
CÁCH VẬN HÀNH CỦA CHỨC NĂNG

Chương 1. NHẬN THỨC TRI GIÁC

- A. Bản Chất Của Nhận Thức Tri Giác
- B. Nhân Tố Cá Nhân và Nhân tố Xã Hội Chi Phối
- C. Nhận Thức Tri Giác Của Chúng Ta.
- D. Kết Luận

Chương 2. HÀNH ĐỘNG Ý THỨC, HÀNH ĐỘNG CỐ Ý TÌNH TRẠNG VÔ THỨC

- A. Vùng Mờ Tối

- B. Định Nghĩa
- C. Mọi hành Động Đều Do Cái Tôi Điều khiển
- D. Ý Hướng Ý Thức và Ý Hướng Vô Thức
- E. Ý Nghĩa của Ý Hướng
- F. Ý Thức Không Cố Ý
- G. Ý Hướng Ý Thức Không Biểu Thị Toàn Thể Kinh Nghiệm
- H. Phản Ứng Hành Vi Đối Với Vấn Đề Vô Thức

Chương 3. CHIẾN LƯỢC CỦA VÔ THỨC

- A. Vô Thức Và Các Lý Tưởng Dễ Tổn Thương
- B. Vô Thức và Những Lý Tưởng Phi Thực Tế
- C. Vô Thức và Những Giá Trị Giả Tạo.
- D. Vòng Luẩn Quẩn Của Các Kỳ Vọng Sai Lạc
- E. Vô Thức và Những Cơ Chế Chủ Bại.
- F. Đối Phó Với Sự Bất Nhất
- G. Vô Thức và Biểu Tượng
- H. Biểu Tượng và Tính Dực

Chương 4. CƠ CHẾ TỰ VỆ

- A. Lòng Tự Trọng
- B. Bản Chất và Đặc Điểm Của Cơ Chế Tự Vệ
- C. Cấp Độ Tự Vệ
- D. Những Định Nghĩa Về Cơ Chế Tự Vệ

Chương 5. TÌM HIỂU ĐỘNG LỰC

- A. Khái Niệm Động Lực
- B. Tuân thủ
- C. Đồng Hóa
- D. Nội Tâm Hóa
- E. Cách Thức Nội Tâm Hóa

Kết luận. HIỆN TẠI VÀ QUÁ KHỨ.

1. Lý Luận Theo Định Luật Nhân quả.
2. Ý Nghĩa Của Việc Lý Giải Theo Tâm Lý
3. Tự Do Và Tất Định

---//---

TÂM LÝ VÀ HUẤN LUYỆN CƠ CẤU VÀ NĂNG ĐỘNG

Tác giả: A. CENCINI và MANENTI

Chuyển ngữ: Lm. NGUYỄN NGỌC KÍNH, ofm

Chịu trách nhiệm xuất bản: Quang Thắng

Biên tập nội dung: XUÂN LƯU

Sửa bản in: Quỳnh Anh

Bìa: Nguyễn Hà

In 1.000 bản, khổ 14,5 x 20.5cm tại Cty TNHH MTV in Nguyễn Việt Hưng, 110 Điện Biên Phủ, P. Đa Kao, Q.1, Tp. Hồ Chí Minh. Số đăng ký kế hoạch xuất bản: 369-2011/CXB/31-24/PĐ. Cục xuất bản ký ngày 15 tháng 04 năm 2011. In xong và nộp lưu chiểu tháng 11 năm 2011.

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách :

Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>

Created by AM Word₂CHM