



Hội Chứng “Ngồi Lê Đồi Mách”

Bác sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC

*“Kinds words can be short and easy to speak, but their echoes are truly endless.”
Mother Teresa*

Sách Thần Y Hoang Đường Cổ Bản có ghi vấn tắt về Hội chứng như sau: “Đây là chứng bệnh của người ướm miệng, mỏng môi, lưỡi không xương. Khi hít lẻo thì mắt la mày lét, ngó trước ngó sau với nhiều tà ý; xì xào to nhỏ vào tai người nghe. Khi dối trá tới cao độ thì tim đập nhanh, hơi thở rộn ràng, cặp mắt láo liên gian dối. Dối riết thành kinh niên, bất trị. Trường Lão Danh Y đề nghị phương thuốc “Á Khẩu Liệt Dương Hoàn” hoặc “Mặc y dối mãi thành điên cho rồi.”

Con người đang sống vào thời đại với kỹ thuật truyền thông nhanh và mạnh nhưng sự giao tế giữa người với người có vẻ ít phần tình cảm. Bi kịch xã hội dường như khuyến khích những lời nói làm tổn thương người khác. Trên diễn đàn công luận, những mẩu chuyện tào lao không có xuất xứ được nhiều người để ý. Đến nỗi một cựu Giám Đốc Báo chí Bạch Cung phải lên tiếng rằng “Không ai tin lời nói của phát ngôn viên chính thức nhưng mọi người đều tin nguồn tin đưa ra từ kẻ không tên”.

Có ý kiến cho rằng gossip không những đã trở thành một sinh hoạt của con người mà lại còn là một món hàng có giá. Truyền thanh, báo chí, truyền hình và ngay cả trên internet đã có biết bao nhiêu gossip đủ loại, thực giả về mọi người, từ những danh nhân tới người không tên tuổi. Và ai cũng tò mò muốn nghe, muốn đọc. Rồi tự do “mao tôn cương”. Với các cụ ta thì “miếng trầu là đầu câu chuyện”. Ngày nay thì trước khi bàn chuyện doanh thương, quốc gia đại sự, thiên hạ có mươi phút mách lẻo chuyện người.

Giám Đốc Irvin Kassof của tổ chức *Words Can Heal* cho hay Mách Lẻo làm tổn thương cả triệu người Mỹ mỗi tuần lễ. Tổ chức này hiện đang quảng bá một chiến dịch để giảm lạm dụng ngôn từ, cải thiện dân chủ, tạo sự tương kính giữa người với người và mang lại uy tín cho đất nước. Theo kết quả thăm dò ý kiến của Luntz/Lazlo cho tổ chức *Words Can Heal* ngày 17-21 tháng 8 năm 2001 thì: 117 triệu người Mỹ nghe hoặc chia sẻ gossip về người khác ít nhất một hoặc hai lần trong tuần; 51 triệu nhận là nói điều không hay sau lưng người khác một-hai /tuần; 63 triệu người cho hay người khác nói xấu về mình một-hai lần /tuần; 68% nói gossip là một vấn nạn tại trường học; 79% tại nơi làm việc; 80% trong chính trường; 84% trong tin tức truyền thông.

Đọc lại *Luân Lý Giáo Khoa Thư* của Việt Nam xuất bản trên nửa thế kỷ trước, thấy câu chuyện đáng suy gẫm sau đây:

“Anh Nhị nghỉ học một ngày. Hôm sau đến trường nói dối thầy rằng: “Hôm qua con sốt, không đi học được”. Nghiêm ngồi ở cuối lớp, muốn làm cho Nhị phải phạt, đứng dậy mách rằng: “Thưa thầy, anh Nhị nói dối đấy ạ, hôm qua con trông thấy anh ấy đi câu với một người nữa ở ngoài bờ sông.” Thầy giáo ngoảnh lại mắng Nghiêm rằng:

“Tao có hỏi mày đâu, mà mày nói? Thăng Nhị nói dối, có tội đã đành, nhưng mày mách lẻo như thế thì mày là đứa vô hạnh”.

Cả lớp nhìn Nghiêm ra dáng khinh bỉ lắm. Nghiêm thẹn đỏ mặt, cúi gằm đầu xuống”.

Tác giả kết luận: “Đứa trẻ hay mách lẻo làm cho anh em bạn phải phạt là đứa trẻ bụng dạ hèn mạt, làm điều đáng khinh bỉ. Ta không nên mách lẻo”.

Đó là bài học đời xưa, bên ta.

Mới đây, bên Mỹ, đọc trong tạp chí *The Oprah Magazine*, thấy người nghệ sĩ tài danh Oprah Winfrey có tâm sự rằng:

“Bản thân tôi đã biết những lời nói tiêu cực đó có hại như thế nào. Ngay từ khi mới vào nghề, các báo lá cải đã bắt đầu tung ra vô số điều không thực về tôi. Tôi choáng váng và cảm thấy bị ngộ nhận quá nhiều. Và tôi đã hoang phí nhiều sức lực để lo nghĩ rằng không hiểu mọi người có tin ở những điều mách lẻo đó không.

Tại sao họ lại có thể in những lời lẽ vu vơ như vậy nhỉ? Tôi phải tự chiến đấu lắm mới không kêu từng người để phân trần và bào chữa. Đó là trước khi tôi ý thức được điều mà bây giờ tôi hiểu. Khi kẻ nào đó tung tin thất thiệt về bạn, xin hãy quên nó đi, đừng sa vào cạm bẫy. Dù dưới hình thức một tin đồn lan truyền mọi nơi hoặc một bàn tán phàn nàn của bạn bè, lời thêu dệt đều phản ảnh sự bất an của người khởi sự loan tin. Khi nói xấu sau lưng một người nào đó là họ muốn tỏ rằng họ mạnh nhưng thực ra thì họ yếu kém, không giá trị, không có can đảm nói sự thực.

Mách lẻo cũng nói lên cho bản thân đương sự và cho người khác biết họ là người không đáng tin cậy. Gossip có nghĩa là đã không có can đảm nói thẳng với người mà họ muốn thảo luận mà quay ra mách lẻo để hạ giá trị người ta, điều mà Jules Feiffer gọi là đã phạm một tội sát nhân nhẹ.

Nói rõ ra, mách lẻo là một vụ giết người do một kẻ hèn nhát thực hiện. Chúng ta sống trong một nếp sống đầy những điều thêu dệt. Hôm nay anh ta mặc quần áo màu gì; cô đó hẹn hò với kếp nào; ai mới đây được nhắc nhở vì quá lãng nhãng tình ái.

Chuyện gì sẽ xảy ra nếu ta tạo ra một gia đình, một quan hệ bạn bè, một đời sống không mách lẻo chen vào?! Chúng ta sẽ rất ngạc nhiên rằng ta sẽ có biết bao nhiêu thì giờ để làm nhiều việc ích lợi, quan trọng khác thay vì làm hại người ta. Sẽ có tràn đầy gia đình ta với những chân tình mà bạn bè muốn tới và ở lại với ta mấy ngày. Và ta cũng nhớ rằng nếu lời nói có thể hủy hoại thì cũng có sức mạnh hàn gắn”.

Và Oprah đã làm theo lời khuyên của người bạn Maya Angelou:

“Tôi tin là những lời nói xấu đều có một sức mạnh và nếu bạn để chúng xâm nhập vào gia đình bạn, trong tâm trí bạn, trong đời sống bạn, chúng sẽ thao túng bạn. Những lời nói tiêu cực đó sẽ ngấm vào đồ đạc bàn ghế nhà bạn rồi vào da thịt bạn. Chúng là những liều thuốc độc.”

Vậy mách lẻo là gì mà ác hại thế nhỉ?!

Theo tự điển Việt Nam, *Mách* là nói cho người khác biết điều gì; *Lẻo* có nghĩa nhanh mồm miệng nhưng **không thật**. Mách lẻo là nói hoặc bàn tán chuyện riêng tư của người khác với người này người nọ, gây nghi kỵ mất đoàn kết,

Ý kiến chung cho mách lẻo là nói bất cứ điều tiêu cực, đúng hoặc sai của một người cho người khác nghe. Nhiều người nghĩ khi nói tốt về người nào đó thì cũng tốt đi... Nói như vậy thì hợp pháp và không sao nhưng vẫn là ngồi lê mách lẻo và không đúng quy tắc xử thế. Theo Lisa Kirk, người mách lẻo chuyên môn đưa chuyện người khác; kẻ vô duyên chỉ nói về mình; người lịch duyệt thì nói nhiều về bạn.

Jack Canfield, tác giả loạt sách *The Chicken Soup for the Soul* góp ý:

“Bằng cách nghĩ và nói tốt về người khác, mỗi chúng ta sẽ là vật xúc tác cho các cảm nghĩ tốt về mình, tăng niềm vui cho người và khích lệ sự hài hòa xã hội. Nhưng buồn thay, những lời tiêu cực về người khác, trước mặt hoặc sau lưng đều đưa tới sự băng hoại, sự mất vui, làm đau lòng mọi người. Dù lời hót lẻo có là sự thực chẳng nữa thì khi đi rêu rao, ta đã hạ phẩm giá của ta, của người và của tập thể.”

Cách ngôn Tây Ban Nha có câu

“Ai mách lẻo với bạn thì họ cũng mách lẻo về bạn.”

Trong Thánh kinh ta học được:

“Nói sai sự thực có chủ ý làm hại thanh danh của người khác là kẻ mách lẻo- Thượng Đế rất buồn lòng đối với kẻ nói xấu sau lưng người khác.”- Psalms 101:5.

Và

“Biết điều riêng tư dù đúng hay sai của một người mà vội vàng kể cho người khác nghe là kẻ ngồi lê đôi mách.”- Proverbs 11:13.

Ngũ Giới là cơ bản đạo đức của người Phật tử với điều Bốn:

Không Nói Dối, nói trái với sự thật để hại người, mưu cầu lợi cho mình. Người nói như thế là mất cả lòng nhân, không xứng đáng là một Phật tử.

Sao lại Ngồi Lê?

Ấy vậy mà tại sao người ta hay lăng ba vi bộ đưa chuyện nhỉ?

Các nhà tâm lý, xã hội học và biết bao nhiêu sách báo đã tìm hiểu về chứng tật này, để coi tại sao hay lan truyền, tại sao có người thích nghe. Có người nói nó như là một thứ dầu bôi trơn các thành phần trong xã hội khi mọi người giao tế với nhau; hoặc vì thế nhân đều bận bịu không có thì giờ gặp nhau thì cũng tò mò muốn biết xem người kia ra sao, có gì mới lạ không.

Nói chung mục đích kẻ mách lẻo thường là:

- Để chứng tỏ mình là người giao thiệp rộng, thành thạo mọi sự việc;
- Để nâng cao vai trò của mình, hoặc lôi cuốn chú ý về mình;
- Để mua ảnh hưởng tạo cảm tình gắn bó với người khác;
- Để tỏ tài dí dỏm của mình về chuyện tào lao của người khác;
- Để che đậy sự thiếu khả năng nói chuyện của mình;
- Để biểu lộ sự tức giận và trả thù đối với một người;
- Để gieo rắc nghi kỵ giữa mọi người, hy vọng mang phần lợi cho mình
- Để lẻo lại khi bị thất thế, uy hiếp;
- Để giấu giếm sự mình ghét người đó; vì họ điên khùng -Proverbs 10:18; vì họ không có việc gì để làm-Timothy 5:13

Như một bệnh kinh niên, mách lẻo cũng đưa tới nhiều hậu quả xấu, cho nạn nhân. **Và cho kẻ đưa tin.**

Trong mách lẻo có sự bội ước, loan truyền ý tưởng có hại tới danh dự của người khác có thể đưa tới tan vỡ hạnh phúc gia đình, sự nghiệp, việc học của nạn nhân. Khi ta ngồi lê đôi mách là ta đã lấy đi cái quyền đáng lẽ được nói sự thực của người đó.

“Con người thường rất thích nghe chuyện thêu dệt, với cái vị ngọt và hậu quả cay đắng của nó. Những lời gossip giống như miếng trái cây ngon ngọt, nó đi lần vào nội tâm sâu nhất của con người.”-

Proverbs 18.8.

Có người tự hỏi nếu đời không có gossip thì tẻ nhạt biết mấy, sẽ nói gì với nhau bây giờ. Có người coi chúng như một thứ giải trí, đưa đà câu chuyện làm ăn. Nhưng nhiều khi cũng gây khó khăn giao tế, vì nghe một người nói xấu về người khác thì mình lại tự hỏi bao giờ đến lượt mình bị thêu dệt đây?!. Thế là giao tế trở thành dè dặt hơn.

Câu chuyện một bà nọ truyền lan bịa đặt về một người đàn ông. Khi biết rằng mình đã làm hại thanh danh người đó, nữ nhân xin lỗi và hứa làm bất cứ điều gì để bù đắp. Ông ta đưa cho bà một túi lông gà, bảo ra góc phố tung lông trong gió. Làm xong, nữ nhân hỏi như vậy đã đủ để tạ tội chưa. Sẽ đủ nếu bà lượm lại được hết lông.

- Chúng bay tứ tán khắp nơi, làm sao lượm lại được?

Thưa rằng:

- Những lời bịa đặt của bà đã gây ra những thiệt hại không lấy lại được cho tôi. Chẳng khác gì những cái lông gà đã tung đi trong gió không sao nhặt lại được.

Muốn hóng chuyện người, hãy sẵn sàng khi ai đó mở đầu:

- Này bà có biết chuyện gì xảy ra cho con Xuân không?!
- Mà có muốn nghe tin cuối cùng về vợ chồng con Bích không?
- Tao muốn hỏi ý kiến mà về vụ ông xếp lăng nhăng với cô Tình..
- Này, tớ chỉ nói cho cậu nghe thôi đấy nhé...

Mà không muốn nghe hoặc là nạn nhân thì cũng dễ thôi. Bản tính nhiều người là thích đưa chuyện. Nhưng nên nhớ rằng mọi sự việc đều có mặt trái mặt phải; rằng dù chỉ là một chi tiết nhỏ cũng đủ làm hại người khác; rằng mách lẻo thường bắt nguồn ở sự không cởi mở.

Ai trong chúng ta chẳng có một số lỗi lầm lớn nhỏ nào đó. Nói cho nhau hay để thông cảm, rằng ta cũng chỉ là con người thì có thể giảm những soi mói, băng quơ bóng gió về mình.

Có người cho là cứ Gossip với God là thượng sách.

“Nếu thấy ai định nói lên về một người khác thì chẳng nên nghe.”

-Timothy 5:19

Tác giả **“Words That Hurt, Words That Heal”** Rabbi Joseph Teluskin: *“Gossip là một hình thức khủng bố bằng lời nói. Mà “Hủy hoại thanh danh của ai là phạm một tội sát nhân.”*

Cách hữu hiệu nhất để chứng tỏ điều đó là đối trá là đối diện với sự việc bằng việc làm của mình; chạy trốn có thể bị hiểu nhầm là điều đó có thực. Theo Mark Twain:

“Cần hai người để làm tổn thương trái tim của ta: người lên lút nói xấu ta và người thuật lại hành động đó với ta”.

Nếu có người hỏi có biết X nói gì về mình không, thì hãy can đảm trả lời: *không biết và cũng không muốn nghe kể lại.*

Làm được như vậy thì không những đời ta thanh thản hơn mà cũng cho kẻ đó hay ta không muốn nghe chuyện thị phi tào lao.

Cho đỡ bực mình.

Và chờ Thượng Đế phán xét.

Bác sĩ Nguyễn Ý-ĐỨC M.D.
Texas -Hoa Kỳ