

Tác gi? Gordon MacDonald k? l?i r?ng h?i con gái ông còn nh?, ?êm nào ông c?ng ??c cho cô bé nghe m?t câu chuy?n tr??c gi? ?i ng?. Tuy nhiên, có m?t l?n, ông ph?i chu?n b? ?i công tác trong vòng vài ngày. Lo r?ng con mình s? khó ng?, MacDonald ??c và ghi âm l?i m?t vài câu chuy?n mà cô bé thích nghe nh?t, ?? cô bé có th? nghe trong th?i gian ông v?ng nhà.

Khi MacDonald ?i công tác v?, ông r?t tò mò v? ph?n ?ng và c?m xúc c?a cô con gái. Khi ông h?i, cô bé ?áp: "B? ?, nh?ng câu chuy?n thì hay, nh?ng con v?n th?y ch?ng gì?ng nh? m?i khi - t?i vì con không th? ng?i lên lòng cái máy ghi âm, và nó c?ng không hôn vào trán con khi nó ??c xong".

Trong ph?n l?n th?i gian, chúng ta th??ng ?ánh giá quá th?p s?c m?nh c?a nh?ng l?n ch?m tay, c?a nh?ng cái ôm ho?c nh?ng n? hôn. Dù trong hoàn c?nh nào, nh?ng l?n ch?m tay nh? th? ?êu có kh? n?ng t?o ra nh?ng c?m xúc m?nh m?. Chúng có th? làm t?n th??ng và chúng có th? hàn g?n. N?u b?n ch?m vào ng??i khác theo m?t cách tiêu c?c, b?n có th? nh?n l?i ph?n ?ng r?t m?nh mà b?n không l??ng tr??c ???c. Nh?ng n?u b?n ch?m vào h? theo m?t cách an toàn, lành m?nh, cùng c?m xúc tích c?c, thì b?n c?ng có th? nh?n ???c ph?n ?ng m?nh m? nh? th? - ch? có ?i?u là lúc này, b?n ???c hoan nghênh.

Nh?ng ??ng ch?m là c?c k? quan tr?ng ??i v?i tr? nh?, ??c bi?t là tr? s? sinh. M?i nghiên c?u khoa h?c ??u ch?ng minh rõ ràng r?ng nh?ng ??a tr? s? sinh ???c ôm ?p, ???c áp vào ng??i cha m? s? thông minh h?n, v? sau c?ng d? thành công h?n. R?ng nh?ng em nh? không ???c b? ?m thì d? b? b?nh h?n nh?ng em th??ng ???c ôm ?p b?i nh?ng ng??i l?n quan tâm ??n chúng - k? c? khi em nh? ???c "ôm ?p" ???c nuôi n?ng trong ?i?u ki?n thi?u v? sinh.

??i v?i tu?i teen, nh?ng ??ng ch?m c?ng có s?c m?nh b?t ng?. Ng??i ta cho r?ng nh?ng b?n teen "???c ch?m t?i" có kh? n?ng giao ti?p t?t h?n. Nhi?u b?n teen mu?n kh?ng ??nh tính ??c l?p c?a mình b?ng cách t? ch?i nh?ng cái ôm c?a b? m?. ?i?u ?ó là có th? hi?u ???c. Nh?ng m?t l?n n?a, khoa h?c l?i ch?ng minh r?ng ch? c?n m?t cái khoác vai, hay v? l?ng ??ng viên là ?? cho các b?n teen. Hành ??ng nh? nhàng ?ó truy?n ?i thông ?i?p yêu th??ng m?nh m? không kém. Nó giúp phá v? nh?ng rào ch?n c?m xúc và giúp nh?ng con ng??i m?i l?n "m? lòng" và mu?n chia s? nh?ng gì mình ?ang suy ngh? ho?c ?ang c?m th?y.

Nh?ng cái ch?m tay c?ng r?t c?n thi?t cho ng??i l?n. ??i v?i c? hai gi?i tính, nh?ng cái ch?m tay ??u giúp h? h?nh

phúc và kh?e m?nh h?n. Theo các nhà nghiên c?u ? ?H Colorado, h?u h?t nh?ng ng??i tr??ng thành ??u mu?n mình "???c ch?m t?i". M?t cái n?m tay, ho?c m?t cái ôm, ??u có th? s??i ?m nh?ng trái tim và hàn g?n nh?ng m?i quan h? h?n b?t k? ?i?u gì khác.

Ch?m t?i ng??i khác là m?t hành ??ng m?nh m?, nh?ng ai c?ng c?n h?c ?? bi?t ???c ngh? thu?t c?a nh?ng l?n ch?m tay ??y yêu th??ng. Khi b?n n?m r? ???c nh?ng ?i?u này, b?n s? tìm ra chi?c chìa khóa k? di?u ?? m? c?a nh?ng trái tim c?a nh?ng ng??i mà b?n quan tâm.

Mà chi?c chìa khóa ?ó v?n v?n n?m trong tay b?n.

STEVE GOODIER

Th?c Hân (d?ch)

HHT 932