



Tina Lương sưu tầm

1. Sự thanh tịnh nằm ở trong tâm

Cả đời làm việc, đến cuối cùng chỉ muốn bản thân được an nhàn để hưởng thụ cuộc sống. Bạn luôn muốn tìm kiếm sự thanh tịnh ở bên ngoài trong khi bạn không phát hiện rằng nó là cái mà ai cũng có thể đạt được mà chỉ cần lấy ra từ trong tâm. Nếu tâm của bạn bớt tham sân si, bớt ganh đua, ghen ghét... thì tự khắc bản thân sẽ thấy thật thanh thản và thấy đời bỗng nhẹ nhàng làm sao.

2. Tức giận chỉ là một cục than hồng có thể làm đau người khác, nhưng người bị bỏng đầu tiên chính là bản thân bạn

Sẽ có lúc bạn cáu gắt với mọi người nhưng bạn đâu ngờ điều đó lại làm hại chính bản thân mình. Đừng bao giờ nói bất kỳ câu gì khi bạn tức giận. Người ta thường nói : "Giận quá mất khôn." Tôi nghĩ điều đó rất đúng, bởi tôi đã từng đánh mất một người bạn của mình chỉ vì nói ra những lời nặng nề kinh khủng khi bạn đó không làm tôi vừa ý. Lúc đó, tôi làm tổn thương người ấy để bây giờ tôi đánh mất một người bạn thân.

3. Suy nghĩ sẽ định hình con người bạn

Chúng ta nghĩ thế nào thì con người chúng ta như thế ấy. Bạn nghĩ bạn vô dụng, chắc chắn bạn sẽ không bao giờ làm nên trò trống gì vì bạn chẳng thêm hành động. Bạn nghĩ bạn thông minh, dĩ nhiên bạn sẽ thông minh vì tự bản thân sẽ biết cách tạo nên điều đó. Chỉ cần suy nghĩ tích cực

thì mọi chuyện sẽ tốt đẹp thôi! Do đó, cuộc sống cũng sẽ ít buồn phiền, vì lúc nào bạn cũng cố biến mọi thứ bạn gặp phải trong cuộc sống thành niềm vui riêng cho mình.

4. Biết người là thông minh, biết mình là sự giác ngộ

Chiến thắng bản thân còn hơn là chiến thắng cả ngàn trận đánh. Đó là một bài học sâu sắc mà ai cũng cần biết. Tự chinh phục tâm chính mình chính là cái lớn nhất mà con người phải trải qua. Do đó, chúng ta phải tập thiền định để hiểu về chính bản thân mình. Biết được bản thân thích gì, làm gì để thỏa mãn nó chính là cách để bạn sống vui hơn mỗi ngày. Đừng tưởng đây là điều dễ thực hiện vì có người đã mất cả đời chỉ để làm điều này thôi đấy! Chính tôi cũng là người sẽ phải rèn luyện nhiều trong thời gian tới.

5. Thay thế đố kỵ bằng ngưỡng mộ

Còn đố kỵ thì tâm bạn sẽ còn buồn phiền. Thay vào đó, chúng ta nên đón nhận sự thành công của người khác bằng sự ngưỡng mộ. Tâm bình thản rồi lấy cái tốt của người khác để làm gương sẽ khiến bạn dễ dàng phấn đấu mà không có sự căm phẫn. Đố kỵ chỉ làm lòng người thêm như oán, thậm chí vì đố kỵ, con người có thể biến chất, trở thành người chuyên làm những hành động xấu xa mà đôi khi chính bản thân mình cũng không ngờ tới.

6. Nhân từ với tất cả mọi người

Luôn luôn nhẹ nhàng với trẻ con, yêu thương người già, đồng cảm với người cùng khổ, nhân từ với kẻ yếu thế và người lầm lỗi. Một lúc nào đó trong đời, bạn sẽ rơi vào những hoàn cảnh đó. Động lòng trắc ẩn với mọi người, kẻ giàu cũng như người nghèo; ai cũng có nỗi khổ. Có người chịu khổ nhiều, có người chịu khổ ít.

Nhân từ để yêu thương và đồng cảm với họ. Vì mỗi người có một nỗi khổ riêng chỉ có họ mới thấu. Bởi vì bạn luôn nhìn người bằng con mắt nhân từ nên đời bạn sẽ luôn đẹp. Mọi thứ đều hoàn hảo. Tâm can được thanh lọc bởi những hành động mà bạn dành cho người khác.