

nơi mẹ chúng vừa mất cách đây vài tiếng đồng hồ. Tôi thì như người mất hồn, và chắc bọn chúng cũng không còn biết gì nữa”.

Bạn có thể hình dung lúc đó tôi cảm thấy thế nào không? Mô thức của tôi về sự việc đó nhanh chóng thay đổi. Tôi nhìn sự việc khác đi và vì vậy, tôi cũng thay đổi suy nghĩ, cảm xúc và hành vi của mình. Sự bức tức biến mất. Một tình cảm thương xót và đồng cảm tuôn trào. “Xin lỗi! Tôi xin thành thật chia buồn! Liệu tôi có thể giúp gì ông không?”, tôi chân thành nói.

Nhiều người cũng trải qua những thay đổi mô thức tương tự trong tư tưởng khi họ gặp khó khăn hoặc khi đảm nhận vai trò mới trong gia đình hoặc trong công việc.

Chúng ta có thể bỏ ra hàng tuần, hàng tháng, thậm chí hàng năm để rèn luyện *Đạo đức nhân cách* nhằm mục đích thay đổi thái độ và hành vi của mình nhưng chúng ta lại không tìm cách tiếp cận bản chất của sự thay đổi, vốn xảy ra tự nhiên khi chúng ta thay đổi cách nhìn sự việc. Điều này chứng tỏ nếu muốn tạo ra những thay đổi nhỏ trong cuộc sống, chúng ta nên tập trung chú ý đến thái độ, hành vi của mình. Nhưng nếu muốn có sự thay đổi lớn, có ý nghĩa và mang tính đột phá, chúng ta cần phải xem xét lại những mô thức cơ bản do mình tạo ra.

Theo lời của Thoreau: “Một ngàn nhát búa bỏ vào cành lá không bằng một nhát vào gốc rễ”. Chúng ta chỉ có thể đạt được thành tựu lớn lao trong cuộc sống nếu chú tâm vào thay đổi những mô thức cơ bản – cội rễ của thái độ và hành vi.