

Bạn sẽ là người làm tốt công việc của mình, miễn bạn cảm thấy đang phục vụ cộng đồng. Nhưng nếu bạn chỉ quan tâm chăm lo cho bản thân thì bạn sẽ làm việc kém đi. Đó là một quy luật không thể lay chuyển được”.

Đến sáu giờ tối, với đơn thuốc cuối cùng, ông không mất nhiều thời gian để hoàn thành. Trên mảnh giấy có dòng chữ “Hãy viết những ưu phiền lên cát”. Thả mảnh giấy bay đi, ông cúi xuống nhặt một mảnh vỏ sò và viết tất cả những nỗi ưu phiền của mình lên mặt cát. Sau đó ông quay bước đi mà không nhìn lại, biết rằng sau lưng mình, thủy triều đã sắp lên...

Nhà cải cách vĩ đại Martin Luther King từng nói: “Tôi có nhiều việc phải làm hôm nay, nhưng tôi vẫn cần phải có một giờ để quỳ gối cầu nguyện”. Đối với ông, cầu nguyện không phải là một nghĩa vụ máy móc mà là sức mạnh để giải phóng và nhân lên nguồn năng lượng trong cơ thể.

Có người hỏi một sư phụ Thiền tông: “Làm thế nào mà ngài luôn giữ được sự thanh thản và bình an như vậy?”. Ông trả lời: “Tôi không bao giờ rời khỏi nơi thiền định của mình”. Ông ấy thực hành thiền định mọi nơi, mọi lúc, luôn mang theo mình những giờ phút bình an cả trong tâm trí và con tim.

Khi dành thời gian để suy tư về những trọng tâm của cuộc sống, về ý nghĩa cuộc sống, chúng ta sẽ cảm thấy tinh thần mình tươi trẻ hơn. Đó là lý do vì sao tôi tin rằng *tuyên ngôn sứ mệnh cá nhân* lại thật sự quan trọng. Nếu hiểu được sâu sắc trọng tâm và mục đích cuộc sống của mình, chúng ta có thể thường xuyên rà soát lại và tận tâm với những giá trị đó.

Nhà lãnh đạo tôn giáo David O. McKay nói rằng: