#trabai09\_06\_2022 @Trideptroai

Lessons from RADIO [#130](https://www.youtube.com/hashtag/130): Sống thế nào là Thuận tự nhiên? Cách kỷ luật bản thân

* Đạo đức là làm những việc làm những hành vi đúng với lương tâm của bản thân .
* Mỗi người có 1 chuẩn mực đạo đức riêng cho bản thân nhưng phải làm sao phù hợp với chuẩn mực đạo đức của xã hội
* Đạo đức quyết định giá trị của 1 con người
* Knowledge is power and very very power ! Mỗi người đều có quyền sở hữu quyền lực này để cống hiến hoặc hãm hại người khác!
* Học cách đặt mục tiêu phù hợp với bản thân để mang lại hạnh phúc cho bản thân và duy trì sự phát triển lâu dài
* Từ bỏ những thói quen xấu không cần thiết
* Kỷ luật bản thân là cần thực hiện từng bước nhỏ , cần quá trình , tuy chậm mà chắc
* Sống thuận với tự nhiên là chấp nhận từ bỏ những thứ không cần thiết, biết đủ trong đủ
* Chọn mục tiêu vừa sức để không phải đánh đổi
* Buông bỏ quá khứ
* Nhẹ nhàng với bản thân