

Bedtime stories for  
**Grown-ups**

SÁCH GỐI ĐẦU GIƯỜNG DÀNH CHO NGƯỜI LỚN

**NGŨ NGÔN**  
**THỜI HIỆN ĐẠI**

# Cẩm nang Xử thế



nhà xuất bản văn hóa thông tin



**Fairy-Tale Psychology**

Sue Gallehugh, Ph.D., and Allen Gallehugh

## **Table of Contents**

[LỜI GIỚI THIỆU](#)

[CHÚ HEO CON THỨ BA](#)

[GIÚP NGƯỜI LÀ TỰ GIÚP MÌNH](#)

[CÔNG TY CINDERELLA - CÔ GÁI LO LEM TÂN THỜI](#)

[CÔ BÉ QUÀNG KHĂN ĐỎ](#)

[HÃY LÀ CHÍNH MÌNH](#)

[HẠT ĐẬU THÔNG MINH](#)

[BÁNH GỪNG BỀ VUN NHƯ THẾ NÀO?](#)

[KHÔNG THỂ DUNG THỨ](#)

[THỨC DÂY VÀ NGƯỜI THẤY MÙI CAFE](#)

[SỰ THẬT HIỀN NHIÊN](#)

[ĂN ĐẾN NỖI PHẢI SAT NGHIỆP](#)

[NGƯỜI KHÔNG LỘ TRÊN SÔNG](#)

[CHÚ VỊT CON THIẾU TỰ TIN](#)

[GIỮ VỮNG ƯU THẾ](#)

[THOÁT KHỎI CÁI CHẢO RÁN](#)

[JACK, NGƯỜI LEO LÊN CÂY ĐẬU](#)

[CÔ GÀ BẠN RỒN](#)

[TRĂM PHƯƠNG NGHÌN KẾ](#)

[HÃY THẢ TÓC XUỐNG](#)

[THẤT BẠI](#)

[SỰ KIỂM CHẾ](#)

# NGỮ NGÔN THỜI HIỆN ĐẠI - CẨM NANG XỬ THỂ

---

**Ph.D. Sue Gallehugh, Allen Gallehugh**

### *Giới thiệu*

Yêu thương bản thân là nền tảng thúc đẩy sự trưởng thành của cá nhân và xã hội. Đây không phải là sự yêu mình thái quá mà là tự nhận thức được bản thân, khả năng và những gì mình có được. Người yêu thương bản thân luôn cảm thấy dễ chịu, thoải mái với lòng tự tin, có trách nhiệm đối với những hành động của mình. Yêu thương bản thân bao gồm việc xem xét lại những ý tưởng tiêu cực để nhận thức rõ về mình, từ đó có thể chọn những giải pháp tích cực và cách hành xử thích hợp.

Chúng ta thường dễ dàng học tập qua chuyện ngụ ngôn, vì chúng đơn giản, tự nhiên và gây ấn tượng dễ ghi nhớ. Nụ cười giúp ta thư giãn và giảm bớt những lời tự biện hộ để có thể lắng nghe và thấu hiểu. Những nhân vật trong sách truyện này rất đáng yêu và khôi hài chứng minh được những nguyên tắc cơ bản về lòng yêu thương bản thân và sự trưởng thành.

Hãy thực hiện từng bước một để tiến đến mục đích và hãy để những người lạ quan, biết yêu thương vây quanh, khích lệ mình.

Cuốn sách tập hợp những câu chuyện được viết lại qua phong cách ngụ ngôn thời hiện đại, được ví như “cẩm nang xử thế” gối đầu giường dành cho tất cả chúng ta.

Giờ đây bạn hãy đọc-suy ngẫm để học cách yêu thương người khác, yêu thương bản thân và sẵn sàng sẻ chia.

## LỜI GIỚI THIỆU

Yêu thương bản thân là nền tảng thúc đẩy sự trưởng thành của cá nhân và xã hội. Đây không phải là sự yêu mình thái quá mà là tự nhận thức được bản thân, khả năng và những gì mình có được. Người yêu thương bản thân luôn cảm thấy dễ chịu, thoải mái với lòng tự tin, có trách nhiệm đối với những hành động của mình. Yêu thương bản thân bao gồm việc xem xét lại những ý tưởng tiêu cực để nhận thức rõ về mình, từ đó có thể chọn những giải pháp tích cực và cách hành xử thích hợp.

Chúng ta thường dễ dàng học tập qua chuyện ngụ ngôn, vì chúng đơn giản, tự nhiên và gây ấn tượng dễ ghi nhớ. Nụ cười giúp ta thư giãn và giảm bớt những lời tự biện hộ để có thể lắng nghe và thấu hiểu. Những nhân vật trong sách truyện này rất đáng yêu và khôi hài chứng minh được những nguyên tắc cơ bản về lòng yêu thương bản thân và sự trưởng thành.

Hãy thực hiện từng bước một để tiến đến mục đích và hãy để những người lạ quan, biết yêu thương vây quanh, khích lệ mình.

### ***Những người yêu thương bản thân thường:***

1. Duy trì sự bình yên trong tâm hồn.
2. Nói “không” và tha thứ khi cần thiết.
3. Bày tỏ sự xúc động nhưng không để những xúc động đó điều khiển mình.
4. Luôn có một mục đích sống.
5. Thực hiện mạo hiểm ngay cả khi họ sợ hãi.
6. Đưa ra lời khuyên nhỏ và hỏi: “Bạn sẽ làm gì với điều đó?”.
7. Thực tập những phương pháp biết chia sẻ trách nhiệm cho người khác.
8. Thực hiện những lựa chọn tích cực bằng hành động trực tiếp, đưa bản thân vượt ra khỏi tình trạng yếu đuối.

9. Giữ sự linh hoạt, mềm dẻo.

10. Đối diện với khó khăn hơn là né tránh hoặc đi vòng quanh chúng.

11. Đề ra những mục tiêu dài hạn và ngắn hạn.

12. Giữ mối quan hệ gắn bó về tinh thần với những người có lối sống, tâm hồn lành mạnh.

***Những người không yêu thương bản thân thường:***

1. “Chậm chạp, lè mề” đến nỗi người khác sẽ phải đưa ra quyết định thay cho họ.

2. Nói “đồng ý” chỉ để làm vui lòng mọi người những lúc họ thật sự muốn trả lời “không”.

3. Kiểm nén sự giận dữ hoặc biểu lộ sự giận dữ theo những cách không thích hợp.

4. Cho phép những người khác lôi kéo mình vào điều sai quấy.

5. Chỉ làm những điều mà họ cảm thấy dễ chịu.

6. Cô lập bản thân.

7. Tin vào những điều bên ngoài như: vẻ bề ngoài đẹp, nghề nghiệp hoặc địa vị xã hội để cảm thấy hài lòng về bản thân.

8. Không tìm ra sự lựa chọn về những gì họ nghĩ, cảm thấy và thực hiện.

9. Muốn đổ lỗi, thay vì nói: “Mọi người đều có sai lầm. Bạn có thể học được gì từ chúng?”

10. Nghĩ rằng cuộc đời luôn công bằng.

11. Luôn phản ứng lại và nhiều lần tự nhận thấy mình là nạn nhân.

12. Cho rằng mình bị xúc phạm.

Nhằm giải thích một cách rõ ràng hơn về cách để nhận ra những cư xử không đúng và thay đổi chúng thành những hành động có lợi cho bản thân, chúng tôi đã sử dụng những hình ảnh tượng trưng mang tính văn học của truyện ngụ ngôn. Hãy cùng quay lại những câu chuyện tưởng tượng yêu thích thời thơ ấu được viết qua cái nhìn của người lớn để sẵn sàng học khái niệm quan trọng của tự yêu thương mình.

Chúc ngon giấc!

## CHÚ HEO CON THỨ BA

Hammond Deggs, thành viên thứ ba trong một gia đình có ba chú heo con, làm nghề xây dựng. Cậu sống ở một làng nhỏ của Boar's Cove. Tất nhiên, cậu muốn xây cho mình một ngôi nhà bằng gạch. Khi Hammond biết tin ngôi nhà của anh trai Oscar đã bị phá hỏng và tiếp theo là cái chết của anh ấy, cậu thật sự khiếp sợ. Cậu sợ đến nỗi không dám đi qua bên kia thị trấn để cảnh báo cho anh Mayer của mình biết. Thay vào đó, Hammond lại xây bít những khung cửa sổ xinh đẹp phía trước ngôi nhà, khóa móc cửa ra vào và thu mình trong một góc phòng khách. Một thời gian ngắn sau đó, những “chú heo cảnh sát” ở đồn cảnh sát đã gọi điện thoại thông báo rằng Mayer cũng đã bị giết. Tất cả chứng cứ cho thấy cách thực hiện trong cả hai sự kiện giống nhau.

Khi gác máy điện thoại, Hammond nghe một giọng nói làm cậu ta sợ chết khiếp: “Mở cửa ra, nếu không tao nổi giận sẽ thổi ngã ngôi nhà của mày!”. Đó chính là con chó sói to lớn và hung ác (sói Big Bad). Hắn đã đe dọa theo cùng một kiểu nhằm giết gia đình Deggs. Hammond quá khiếp sợ khi phải đương đầu với con chó sói này nên chỉ biết im lặng và chờ đợi. Vài tuần sau, Hammond đã xây dày thêm pháo đài gạch của mình. Cậu nghĩ rằng không ai có thể hại mình nếu họ không chạm đến cậu. Bạn bè của Hammond đến thăm, những chú heo con thường cùng đi chợ, hoặc cùng ăn thịt bò nướng với cậu, nhưng cậu chỉ có thể nghe được tiếng của họ qua bức tường mới này. Cậu hét đuổi họ đi và để cậu một mình. Cậu nghĩ có thể con chó sói tinh quái kia đang giả giọng nói của họ. Ngay cả những lời van xin ngọt ngào của vị hôn thê, Frances Bacon, cũng không thể thuyết phục Hammond ra ngoài. Những chú heo con kiên nhẫn nhất cũng phải bỏ đi với khuỷu chân thâm tím sau khi gõ cửa nhà Hammond không có kết quả.

Giọng nói càng trở nên yếu ớt khi bức tường càng dày lên tạo cho Hammond có cảm giác an toàn trong một thời gian. Nhưng sau nhiều tháng trôi qua, Hammond cảm thấy cô độc và ngày càng bị tách khỏi cộng đồng. Trước kia, Hammond rất hãnh diện về diện mạo của mình. Cậu đã từng sử dụng cái kẹp tóc để tạo nên một cái đuôi xoắn tít hoàn hảo. Nhưng từ khi xảy ra sự việc rắc rối với chó sói, Hammond trở nên chán nản, phiền muộn và dần dần không còn quan tâm đến bản thân nữa. Cậu đã từng cho cậu nói “bắn thiêu như cái chuông heo” thật nực cười. Nhưng giờ đây, điều đó dường như đã quá đúng.

Sau nhiều tháng, một buổi sáng nọ thức dậy, cậu nhận ra rằng pháo đài gạch của mình đã trở thành



nhà tù. Cậu thấy mình cần phải đối diện với con sói đỏ, vì trạng thái cô độc và lo lắng còn tệ hại hơn việc đương đầu với chó sói. Hammond nhắc cây búa tạ lên, bắt đầu phá hủy nhà tù bằng gạch của mình.

Thị trấn Boar's Cove đang phát triển mạnh mẽ. Các bạn bè của Hammond chào đón cậu quay trở lại và họ báo cho cậu biết sói Big Bad hung tợn đã chết một vài tháng trước đây vì bệnh giun móc. Đó là kết quả của việc ăn thịt lợn sống. Họ mời Hammond tham dự đội canh gác tội phạm ở vùng lân cận, có nhiệm vụ giúp đuổi những con thú ăn thịt. Từ đó, những chú heo láng giềng không phải sống trong sự sợ hãi.

Nhiều tuần sau, vào một buổi tối nọ, trong khi Hammond đang chiêu đãi bạn bè ở cổng vòm của căn nhà - nơi đây có thể nhìn ra vịnh Bay of Pigs xinh đẹp, họ nghe tiếng gõ cửa, theo sau tiếng gõ cửa là tiếng thở hổn hển đặc biệt mà tất cả đều nhận ra. Hammond và các bạn cầm lấy vũ khí và cùng tiến ra cửa để đối mặt với nỗi sợ hãi của mình. Khi mở cửa, họ thấy con gái của sói Big Bad, Virginia. Khi biết mình đã làm mọi người hoảng sợ, cô xin lỗi vì đã thở hổn hển và cho biết rằng mình phải đương đầu suốt đời với căn bệnh hen suyễn. Những chú heo vui mừng đón cô vào nhóm khi biết rằng cô là một người ăn chay nghiêm khắc. Rốt cuộc, ai sẽ sợ sói Virginia đây?

Ghi nhớ:

**Tập đối mặt với sự sợ hãi của chính mình là một bước quan trọng để hướng đến việc tự yêu thương bản thân!**



## GIÚP NGƯỜI LÀ TỰ GIÚP MÌNH

Xưa kia, có một người thợ giày rất nghèo vì anh ta không biết cách quản lý thời gian hoàn hảo. Anh thường hay chậm chạp trong công việc nên luôn phải vội vã hoàn thành các đơn đặt hàng sao cho đúng hạn. Sự vội vàng, gấp gáp của anh luôn dẫn đến những sai sót trong công việc. Do có quá nhiều khách hàng không hài lòng nên anh đã mất tất cả các đơn tái đặt hàng và nhanh chóng trở nên nghèo túng.

Một buổi tối nọ, anh thợ giày trải miếng da ra để đóng đôi giày cuối cùng. Sau đó, anh ngồi ngửa ra ghế, xem lướt qua các kênh truyền hình một cách băng quơ. Các kênh truyền hình sau đó nhẹ nhàng ru anh vào giấc ngủ say.

Khi thức giấc vào sáng hôm sau, anh phát hiện một đôi giày có núm tua trang trí xuất hiện ở chỗ miếng da. Trước khi anh có thời gian để hỏi về sự xuất hiện núm tua kỳ lạ này thì một người khách bước vào cửa hiệu và mua đôi giày đó. Anh thợ giày có thể đưa ra cái giá khá cao vì đôi giày có chất lượng tốt. Và số tiền giúp anh mua thêm nguyên vật liệu đủ làm hai đôi giày mới. Một lần nữa, anh trải miếng da ra và sau đó ngủ gà ngủ gật trước TV.

Sáng hôm sau khi thức dậy, anh thấy một đôi giày ông với đường may tay tuyệt đẹp và đôi giày gót cao thật thanh lịch. Hai người nữa đã mua hai đôi giày đó với giá cao và anh thợ giày nhanh chóng mua thêm nhiều nguyên liệu làm giày.

Đêm tiếp theo, anh thợ giày bày nguyên liệu ra và vờ ngủ ngáy trên chiếc ghế trong khi đó anh vẫn mở một mắt quan sát cửa hiệu của mình. Khi mí mắt trĩu nặng, đột nhiên anh nhìn thấy một dải ánh sáng màu vàng lung linh và hai người đàn ông bé xíu với hai cái tai nhọn xuất hiện. Anh biết chúng là những con yêu tinh vì mẹ anh thường kể về chúng thời thơ ấu. Anh thợ giày nằm yên kinh hoàng trong khi hai con yêu tinh sử dụng những cái búa bé xíu làm việc với tốc độ rất nhanh cho đến khi miếng da trở thành một đôi giày tinh xảo.

Anh thợ giày không thể kiềm chế được nổi phẫn khích trước những điều kỳ diệu đó và đã thốt ra lời thán phục đối với hai con yêu tinh cần cù này. Anh nói với họ rằng anh là một người thợ giày kém

cỏi và xin họ tiếp tục giúp đỡ. Những chú quỷ lùn thấy anh thợ giày rất nghèo túng nên họ miễn cưỡng đồng ý.

Tin tức về những đôi giày mới đẹp một cách đáng ngạc nhiên của anh thợ giày lan đi nhanh chóng. Đơn đặt hàng dồn dập đổ về và anh thợ giày trở nên giàu có, trong khi những người thợ yêu tinh làm việc vất vả. Sau nhiều tuần trôi qua, anh thợ giày cảm thấy ghen tỵ với những con yêu tinh nên anh không còn khen ngợi họ nữa. Bởi vì trước đây công việc làm giày của anh chưa bao giờ đạt đến tiêu chuẩn chất lượng như họ. Anh bắt đầu có những lời “đùa cợt” và chế nhạo về chiều cao và đôi tai nhọn của họ. Anh không còn dành sự kính trọng đối với những con yêu tinh đó nữa bởi vì họ cho phép anh sử dụng bản thân họ.

Tương tự, những con yêu tinh cũng cảm thấy quá mệt mỏi về công việc của mình. Anh thợ giày đang bòn rút sức lực của họ, ngay cả lời “cảm ơn” cũng không có. Họ lo ngại việc đối mặt với anh thợ giày.

Vào ngày Thánh Patrick, các con yêu tinh được nghỉ làm để thăm viếng và vui chơi với các bạn thân. Trong suốt thời gian họ vắng mặt, một trong những khách hàng giàu có thường xuyên đã đến cửa hiệu yêu cầu anh thợ giày làm cho mình đôi giày da cá sấu và sẽ trả giá cao nếu đôi giày được hoàn thành trong ngày. Anh thợ giày đắn đo một lúc và chấp nhận. Yêu cầu của người đàn ông quả khó khăn bởi vì nó đòi hỏi phải có da cá sấu mới để làm nên một đôi giày tốt nhất. Thật may mắn, anh thợ giày sống gần khu đầm lầy.

Mặc dù đã mất cả buổi sáng để vật lộn với miếng da cá sấu “khó ưa” này, nhưng anh ngạc nhiên về sức mạnh của mình sau sự thử thách đó. Đã lâu rồi hôm nay anh mới cảm thấy mình có ích. Anh mang “chiến lợi phẩm” của mình đến bàn làm việc, từ từ lột da để làm đôi giày. Anh tập trung cao độ đến những đường may đôi và phân chia các lỗ khâu dây giày một cách cẩn thận. Kết quả là đôi giày được hoàn thành “trong ngày”. Anh thợ giày tràn đầy cảm giác tự tin và hạnh phúc khi khách hàng khen ngợi công việc của anh.

Khi các yêu tinh quay về, anh thợ giày kể cho họ nghe về thành công của mình. Anh cũng yêu cầu họ dạy thêm những kỹ thuật cho anh, và họ đã cẩn thận bỏ ra thời gian để chỉnh sửa một số điểm ở mũi giày, đế giày cho đẹp hơn. Thậm chí họ còn thổ lộ những bí mật về loại dầu mà họ dùng để thuộc da. Anh đã ân cần đền ơn họ bằng món bánh nướng anh đào mà anh rất thành thạo. Các con yêu tinh cho rằng món đó thật thơm ngon. Và để đáp lại sự tốt bụng của họ, anh thợ giày đề nghị

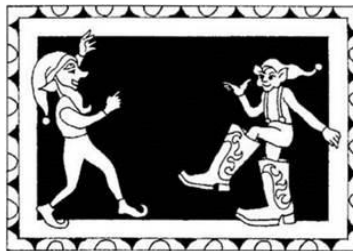
được dạy họ bí mật nướng bánh của mình. Khi được hỏi bánh nướng này được gọi là gì, anh trả lời nó được đặt tên là bánh gatô anh đào.

Giờ đây anh thợ giày đã tìm thấy mục đích cuộc sống. Nghĩa là anh đã có được sự tập trung cao cũng như áp dụng nghiêm túc các phương pháp mới của các yêu tinh trong công việc.

Và cũng như anh thợ giày, sau đó các yêu tinh đã áp dụng bí mật nướng bánh của anh thợ giày để thành lập một công ty sản xuất bánh qui rất lớn tại nơi họ sinh sống.

Ghi nhớ:

**Luyện tập sao cho có được sự cân bằng giữa cho và nhận là điều quan trọng để đánh giá bản thân!**



## CÔNG TY CINDERELLA - CÔ GÁI LỘ LEM TÂN THỜI

Cinderella sống với mẹ kế và hai đứa con gái riêng của bà, Winifred và Della. Trái ngược với câu chuyện cổ tích phổ biến, sẽ không công bằng khi xem Jennifer - bà mẹ kế của Cinderella là người độc ác. Mặc dù Jennifer đã cố đối xử với các cô con gái thật công bằng nhưng Cinderella lại xa cách với gia đình mới của mình, mang trong lòng nỗi oán giận và cảm giác bị bỏ rơi. Cay đắng với những khổ đau không thể giải tỏa được từ cái chết của mẹ và sau này là cái chết của cha, Cinderella sợ rằng nếu yêu thương bất cứ ai thì họ cũng sẽ rời bỏ cô ra đi. Trong khi Winifred và Della - dù hai cô không đẹp nhưng cả hai đều có nhân cách tốt - thường hay kể cho Cinderella nghe về các dự định, kế hoạch của mình. Nhưng cuối cùng họ đều ngăn ngại khi đề nghị cô cùng tham gia vì Cinderella lúc nào cũng từ chối.

Thay vào đó, Cinderella lại chọn cách cô lập bản thân mình. Cô ngồi bên cạnh lò sưởi hàng giờ mơ tưởng đến cảnh được một chàng hoàng tử tuần tú cưới một con bạch mã đến giải cứu mình ra khỏi hiện tại buồn tẻ này. Trước đây, Cinderella là một cô gái rất xinh đẹp, nhưng từ khi mẹ cô qua đời thì vẻ đẹp lộng lẫy đó phai nhạt dần khi cô tự đắm mình trong nỗi đau khổ và bất hạnh. Thậm chí cô không thiết tha đến việc trang điểm và bắt đầu ăn uống nhiều như để lấp đầy những khoảng trống của sự cô đơn. Tất cả đều không khóa lấp mà chỉ làm tăng lên vòng eo của cô. Ngay cả các bộ quần áo được cắt may khéo léo cũng trở nên bần thiêu, xấu xí khi cô nằm ườn người trên đồng tro tàn bên lò sưởi.

Hai chị em khác mẹ của Cinderella đã dùng tiền tiết kiệm của mình mua vé tham gia buổi khiêu vũ Debutante Ball hàng năm. Họ muốn rủ Cinderella cùng đi, nhưng cô đã trả lời một cách cay nghiệt rằng tất cả quần áo hiện tại không vừa với thân hình béo phì của cô, hơn nữa nếu mẹ kế thật sự yêu thương thì đã mua cho cô vé tham dự thay vì cô tự mua.

Cinderella tin rằng nếu biết chờ đợi và hy vọng thì sẽ có một người nào đó đến giải thoát cho mình. Khi nhìn chăm chăm vào ống khói, cô ước sao có một ngôi sao mang đến điều kỳ diệu nào đó làm thay đổi cuộc đời cô. Câu trả lời cho cô là một đồng rất lớn lá cây mục, bỏ hóng và sỏi đổ ập vào cô từ cái lọc ống khói. Cinderella ngã ra bất tỉnh.

Khi Cinderella tỉnh lại, Winifred và Della đang đứng bên cạnh giường, giữ khăn lạnh trên đầu cho

cô. Di Jennifer nói với Cinderella rằng bà lo lắng đến phát bệnh bởi vì tai nạn đã làm cô bất tỉnh trong vài ngày. Cinderella nhận thấy những lời nói chân thành qua đôi mắt đầm lệ của di Jennifer. Từ khi được mẹ kế ở bên cạnh chăm sóc, cảm giác bị bỏ rơi của Cinderella bắt đầu giảm dần. Và giờ đây cô có thể nhìn họ qua một lăng kính mới. (Thậm chí họ trở nên hấp dẫn, đáng yêu hơn qua cái nhìn mờ mờ của Cinderella).

Cinderella nhận ra rằng cô chỉ là nạn nhân trong trò chơi của chính mình và cô cũng có khả năng làm những điều tích cực để thay đổi cuộc đời mình. Còn vài tuần nữa là đến buổi khiêu vũ nên cô bắt đầu tự chăm sóc bản thân và nhờ Winifred, Della giúp cô tạo mẫu tóc. Cô giảm cân bằng cách tập thể dục và ăn uống kiêng cử theo lời khuyên của người quản lý bóng chày nổi tiếng trên truyền hình, đã từng tuyên bố chính việc kiêng khem và luyện tập đã chuyển ông từ “quá bí ngô thành huấn luyện viên”. Thậm chí cô nhanh chóng mặc vừa một trong những chiếc áo dạ hội thanh lịch cũ của mình. Để có được tiền mua vé tham dự buổi khiêu vũ, Cinderella đề nghị được dọn sạch lò sưởi cho mẹ kế.

Cuối cùng thì buổi tối tuyệt vời đã đến. Cung điện rất tráng lệ, âm nhạc và tiếng cười nói thật rộn ràng trong không khí se lạnh của đêm tối. Khi Cinderella xinh đẹp bước đến lối vào, những người đến tham dự buổi khiêu vũ đều quay lại nhìn cô chăm chú.

Vừa lúc bước lên các bậc thang vào phòng khiêu vũ, Cinderella nghe tiếng rắc vang lên và một gót giày của cô đã bị gãy rời ra. Thông thường, Cinderella sẽ hối hả chạy về trong sự bối rối, ngượng nghịu. Nhưng với niềm tự tin mới, Cinderella đá cả hai chiếc giày vào bụi cây và bước vào phòng khiêu vũ với đôi chân trần. Một vài cô gái quê đã hỏi Cinderella về giày của mình, và cô tự tin trả lời rằng chân trần đang là một thịnh hành ở châu Âu. Khi buổi dạ vũ bắt đầu, một vài cô gái đã đá bật giày của mình ra để không bỏ lỡ cảm giác thích thú mới mẻ này.

Ở bên kia phòng, Cinderella bắt gặp cái nhìn của hoàng tử. Chàng có tất cả mọi thứ mà cô mong muốn ở một người đàn ông: đẹp trai, có đủ tài chánh để cô có một cuộc sống xa hoa đến suốt đời. Hoàng tử đến mời cô khiêu vũ. Khi chàng nhìn xuống đôi chân trần của cô, Cinderella cười giải thích rằng mình đang mang một đôi giày thủy tinh mà không ai có thể nhìn thấy.

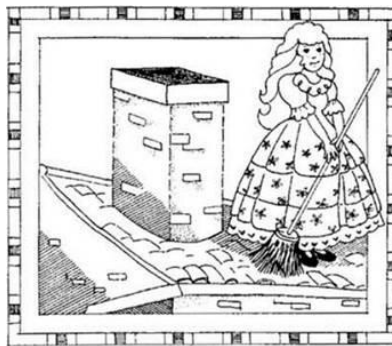
Khi họ khiêu vũ với nhau, chàng hoàng tử đã nói về những vùng đất rộng lớn mà chàng sở hữu và cho rằng Cinderella chắc hẳn cảm thấy rất may mắn khi khiêu vũ với một chàng trai hào hoa. Vào cuối buổi khiêu vũ, hoàng tử đã nói với Cinderella rằng cô là cô gái xinh đẹp nhất ở vương quốc này và anh ấy muốn cô trở thành vợ mình.

Cinderella nhận thấy rằng cuộc sống vương giả đã không mang lại cho hoàng tử một nhân cách đặc biệt nào. Tràn đầy cảm nhận mới về ý thức làm chủ cuộc đời, cô đã dựng lên một câu chuyện về việc phải về nhà trước nửa đêm và lao nhanh ra cửa. Chàng hoàng tử đã mở cuộc tìm kiếm khắp vương quốc nhằm tìm ra cô gái mang “đôi giày thủy tinh”, nhưng mọi người đều nghĩ rằng hoàng tử đang mắc bệnh vương giả.

Nhờ vào khả năng và trí thông minh của mình, Cinderella nhanh chóng bắt đầu kinh doanh phát đạt công việc quét ống khói lò sưởi với khẩu hiệu: “Chúng tôi đáp ứng nhu cầu của bạn”. Và dĩ nhiên, cô ấy sống hạnh phúc mãi mãi từ đó về sau.

Ghi nhớ:

**Rèn luyện để có những lựa chọn tích cực về những gì bạn nghĩ, cảm thấy và thực hiện.**



## CÔ BÉ QUÀNG KHĂN ĐỎ

Cô bé quàng khăn đỏ rất yêu bà Marcella của mình nên không bao giờ cô rời xa chiếc khăn choàng bằng nhung đỏ mà bà đã làm cho. Quàng khăn đỏ mong được đến thăm bà yêu dấu nhưng cô lại rất sợ phải đi ngang qua khu rừng rậm dẫn đến nhà bà.

Quàng khăn đỏ càng nghĩ đến khu rừng, cô bé càng tưởng tượng hình ảnh những sinh vật khủng khiếp đang ẩn nấp ở đó. Trong đêm mỗi khi nghe tiếng ồn, cô bé lại hình dung những con ma sói, những con yêu tinh cùng với những mục phù thủy sành ăn đang tìm kiếm trẻ em để làm tăng thêm mùi vị cho món hầm của chúng.

Một ngày nọ, lòng mong mỏi được gặp bà lần át nỗi sợ đối với khu rừng kia, không thể nỗi sợ hãi lấy đi niềm vui trong cuộc đời mình cô bé quyết định mang một giỏ bánh kẹo đến thăm bà. Sau đó, cô bé đi về khu rừng già Grant Woods.

Chẳng bao lâu, cô nghe tiếng tru của một con chó sói. Lúc đầu, cô bé tự trấn an mình. Nhưng sau đó cô bé nhận ra rằng chắc chắn không có bất cứ công nhân xây dựng nào làm việc sâu trong khu rừng này. Cô bé hình dung mình sẽ trở thành món ăn chiều dành cho con sói đang rình mò kiếm mồi. Quá khiếp sợ, cô bé quay người chạy thật nhanh theo hướng khác và bị ngã vào một người đàn ông trẻ, đẹp trai đang mang cái rìu bên mình.

Cô nói trong sự lo lắng: “Chú tiểu phu ơi, Chú có thể giúp bảo vệ cháu khỏi chó sói để có thể mang giỏ bánh kẹo này đến nhà bà không?”.

Người đàn ông mỉm cười thật dễ mến, xoa đầu cô bé và trả lời: “Chó sói có thể ngửi thấy mùi giỏ thức ăn này, cô bé ạ. Tại sao không để cho tôi trông chừng. Tôi sẽ gửi nó đến nhà bà của cô bé khi tôi xong việc của mình”.

Cô bé đồng ý ngay và chạy vội xuống đường với niềm tin rằng có một người nào đó đang bảo vệ mình. Khi cô bé đến nhà bà, cửa nhà đã mở. Cô bé phát hiện một hình dáng đầy lông lá qua cửa sổ nhà bếp, nên nghĩ rằng: “Bà không thể mang nhiều lông lá như thế được”. Đó chính là chó sói.



Trong đầu cô bé hiện ra cảnh tượng chó sói đang nuốt trôi bà thân yêu của mình với ly nước cam vắt. Cô bé giận dữ đến nỗi quên tất cả sợ hãi, bước qua cửa để đương đầu với kẻ thù.

Cũng vào lúc đó, bên ngoài, bà của cô đi nhanh đến cửa, lo lắng hỏi: “Có chuyện gì thế, cháu yêu?”.

Cô bé bối rối nhưng đã bót đi phần nào sự căng thẳng: “Ồ, bà ơi, bà vẫn an toàn. Vậy mà cháu nghĩ con chó sói đó đã ăn thịt bà rồi!”.

Lúc này chó sói chậm rãi bước đến chào hai bà cháu và nói với giọng giễu cợt: “À, bà Marcella nói rằng bà ấy muốn có tôi cho bữa ăn chiều. Có lẽ tôi là người nên lo lắng”.

Cả ba cười to và nói chuyện với nhau hàng giờ. Cô bé được biết rằng chó sói và bà Marcella đều là những người bạn thân quen. Cô bé nói rằng: “Bà biết không, bà đã mang đến cho cháu hai món quà giá trị rất lớn. Đầu tiên là cái áo choàng trùm đầu lạ kỳ này. Nhưng điều thứ hai còn giá trị hơn. Bà đã dạy cháu đừng vội xét đoán người khác chỉ dựa vào hình dáng bên ngoài hay khuôn mẫu của cá nhân mình”.

Ngay sau đó, một thông báo phát ra từ radio: “Chúng tôi mong muốn mọi người hãy đề phòng tên tù trốn trại đang ở đâu đó xung quanh khu rừng Grant Woods. Tên Mad Axeman đã bị kết án. Hắn có vũ khí và rất nguy hiểm”.

Cô bé nhớ đến người tiểu phụ trẻ đẹp đã hứa sẽ bảo vệ mình. Trước đây cô bé thường thực hiện theo phương châm “không quan tâm, không nói” nhưng bây giờ cô bé cảm thấy mình tự tin hơn rất nhiều sau khi trải qua những thử thách. Vì thế, cô bé đã nói với bà: “Cháu sẽ gọi cho cảnh sát báo cho họ biết chỗ để tìm ra tên điên cuồng đó”. Nhưng khi những lời đó vừa được thốt ra thì cô bé phát hiện người đàn ông mang rìu đang lù lù xuất hiện trước cửa. Người đàn ông đó rút dao tấn công cô bé, nhưng cô nhanh chóng giật cái khăn trùm đầu, ném lên đầu kẻ tấn công và giật lấy cây dao từ tay hắn. Trong lúc đó, bà của cô chộp lấy bức tượng nhỏ từ trên tủ và đập túi bụi vào hắn. Con chó sói dùng sợi dây của bà Marcella trói hắn ta lại, sau đó gọi cảnh sát đến.

Ghi nhớ:

**Rèn luyện việc KHÔNG vội xét đoán người khác là một bước nhằm hướng đến yêu thương bản thân mình hơn!**



## HÃY LÀ CHÍNH MÌNH

Có làn da sáng trắng và gương mặt thanh tú nên nàng Bạch Tuyết được mọi người đối xử như với một con búp bê bằng sứ đắt tiền. Danh hiệu “Cô gái có làn da trắng nhất” liên tục nhiều năm của cô dường như chỉ làm cho tình hình tồi tệ hơn. Chính vẻ xinh đẹp và thân phận công chúa của cô nên mọi người cho rằng chắc hẳn cô rất kiêu ngạo.

Vì thế, Bạch Tuyết khá cô đơn. Cô không thể giải bày cảm giác cô đơn với nữ hoàng, người mẹ kế của cô. Vì mọi người cho rằng mẹ kế là con người độc ác nên bà phải cố gắng làm những điều tốt nhất để phá bỏ quan niệm này.

Một ngày mùa hè, khi đang đi dạo trong rừng, Bạch Tuyết tình cờ trông thấy một căn nhà gỗ nhỏ. Lòng hiếu kỳ thúc đẩy cô nhìn vào ngôi nhà. Qua cửa sổ, cô thấy trong nhà có một cái bàn và bảy cái ghế gỗ nhỏ. Bạch Tuyết có thể ngửi thấy mùi thịt hầm đang sôi trên bếp lò và không thể kềm chế, cô chồm người vào trong để nếm. Khi vừa đụng vào cái muôi, cô nghe thấy tiếng huýt sáo và bảy người đàn ông nhỏ xíu đang xếp hàng.

Những người đàn ông nhìn công chúa và nàng nhìn họ. Thật khó xác định ai ngạc nhiên hơn.

Cô rụt rè tự giới thiệu: “Tôi là Bạch Tuyết”.

Người đàn ông cầm đầu đáp lời: “Vâng, có lẽ tốt hơn là cô nên nằm nghỉ cho đến khi nào gương mặt hồng hào trở lại. Trước hết, chúng tôi không muốn cô soi gương mặt bệnh hoạn của cô vào món hầm Mulligan”.

Bạch Tuyết giải thích rằng cô thật sự được mọi người gọi là Bạch Tuyết vì có làn da trắng như tuyết. Những người đàn ông đón chào cô bằng việc giới thiệu một mạch tên riêng của mình.

Bạch Tuyết nói trong sự cảm thông: “Phải khó khăn lắm để luôn sống theo những cái tên như thế. Tôi đã duy trì hình ảnh trắng như tuyết của mình và trong nhiều năm, tôi không thể đến bãi biển. Thật ra, tên thật của tôi là Lisa. Đã lâu rồi tôi không còn nghe tên của mình và gần như đã quên nó!”.

Bạch Tuyết yêu cầu các chú lùn nói cho cô biết tên của họ. Cô nói rằng mình không muốn mắc sai

lắm trong việc xét đoán vội vàng về họ. Các chú lùn thờ dài khoan khoái và giới thiệu cho cô biết về tên của mình.

Họ nói với cô vì sao dân thành thị đã đuổi tất cả những người lùn ra sống với nhau chỉ vì vẻ bề ngoài của họ. Ethan cho biết mặc dù chú có trình độ về y học nhưng cũng chỉ có thể tìm được công việc ở các khu mỏ bởi vì dân thành thị cho rằng “đó là công việc của người lùn”. Và như thường lệ chú nghiêng răng để kềm nén sự giận dữ.

Lisa nói: “‘Người lùn’ là một cái từ thật xấu xa. Nó làm cho tôi nghĩ đến những vật trang trí giống như ông thần lùn giữ cửa tôi tàn đang chia sẻ không gian với chú chim hồng hạc”.

Tất cả đều đồng thanh: “Chúng tôi thích từ ‘không cao’ thay vì từ ‘lùn’”.

Lisa lại nói: “À, tôi không nghĩ các bạn cần sử dụng những tên gọi đó chút nào”.

Doug, người đang đứng phía sau nhóm, bắt đầu chia sẻ câu chuyện của mình với Lisa: “Khi ở độ tuổi đang lớn, căn bệnh phát âm chậm đã làm tôi rất khó khăn để đọc cùng với các bạn trong lớp. Những đứa trẻ gọi tôi là đứa đàn độn, thậm chí cái tên đáng ghét đó đã gắn chặt với tôi trong nhiều năm. Tôi thật sự bắt đầu cảm thấy mình giống như một người đàn độn nên không còn muốn cố gắng nữa”.

Từng người một bộc lộ về hoàn cảnh của mình. Larry nói về cảm giác sợ hãi cha mình đến nỗi mọi người trong gia đình thường làm ra vẻ hạnh phúc, hài lòng để ông ấy không nổi giận. Chú nói rằng chính cái cảm giác đó đã khắc sâu đến nỗi chú thường đánh mất những cảm xúc, suy nghĩ của riêng mình.

Còn Gary, người được xem là có thái độ tự ti, đã cho biết chính nỗi sợ hãi về sự cự tuyệt, từ chối đã khiến chú luôn giữ khoảng cách với mọi người. Gary lầm bầm: “Mọi người sẽ không thể làm tổn thương tôi nếu như tôi không gần gũi, thân thiết với họ”. Lisa và Gary tranh luận về tầm quan trọng của việc xây dựng sự tin cậy và tình yêu thương nhưng Gary vẫn còn hoài nghi.

Lisa để ý thấy Donald vẫn ngủ gật khi đang đứng trong một góc nhà nên cô hỏi: “Cậu ấy vẫn luôn như thế sao?”.

Gary đáp lời: “Vâng, cậu ấy luôn luôn mệt mỏi như thế. Đó chính là thể chất của cậu ấy”.

Lisa nói: “Tôi không nghĩ đó là thể chất của bất cứ người nào. Tôi nghĩ rằng Donald cần có cuộc hẹn với một chuyên gia để xem cậu ấy bị chứng bệnh ngủ gật hay bị hội chứng mệt mỏi kinh niên. Cậu ấy có thể bị một điều gì đó gây ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe”.

Donald tỉnh giấc, chệnh choáng gật đầu đồng ý với Lisa. Cả nhóm nói thật nhiều về những hạn chế khả năng bản thân - thay vì chấp nhận mọi thứ như một trở ngại không thể khắc phục được.

Greg, người đang sục sục trong suốt buổi trò chuyện, nói rằng mình cảm thấy dị ứng và sắp hắt hơi. Cậu cho rằng những cái hắt hơi đã làm cho cả nhóm chú ý và quan tâm đến cậu hơn. Lisa khuyến khích cậu nhận lấy sự quan tâm theo cách tích cực. Greg dường như yên tâm hơn.

Một người đàn ông đang ngồi trong góc nhà tiến đến gần Lisa, đưa tay ra: “Tên tôi là Chase. Tôi không bao giờ nói chuyện với người lạ vì bản thân tôi là người nhút nhát. Nhưng tôi muốn cảm ơn vì cô đã đến đây. Cô biết không, nói chuyện với cô không khó như tôi đã nghĩ”.

Lisa đáp: “Đó là thói quen. Vì nỗi sợ về điều chưa biết thì hầu như luôn luôn lớn hơn nỗi sợ hãi mà chúng ta cảm thấy khi đối mặt với thách thức”.

Chase hỏi lại: “Cô có sợ bất cứ điều gì không Lisa?”.

Sau một thoáng suy nghĩ, Lisa trả lời: “Tôi đoán rằng mình sẽ áp dụng lời khuyên này cho bản thân, vì trong nhiều năm qua, tôi luôn có tâm trạng lo âu, xa cách đối với mẹ kế. Tôi nghĩ rằng không phải ai cũng thật sự có được sự dũng cảm bẩm sinh. Người dũng cảm là người cố gắng đạt được các mục tiêu, đương đầu với trở ngại thay vì cảm thấy sợ hãi. Tôi nghĩ mình sẽ ngồi lại cùng nói chuyện với mẹ kế của mình khi về đến nhà. Bà ấy có lẽ không như tôi tưởng. Rất cuộc, bà đã rất tế nhị mời tôi quả táo trong bữa trưa hôm nay”.

Vừa lúc đó, có tiếng gõ cửa. Lisa mở cửa và nhìn thấy một chàng trai trẻ tuấn tú đang cười con bạch mã.

“Xin chào, thưa cô. Tôi là hoàng tử Charming và tôi nghĩ mình đã đi lạc đường. Cô có thể chỉ cho tôi đường đến Ed’s Armor Emporium không?”.

Lisa đáp lời: “Charming, một cái tên thật tuyệt vời”.

Hoàng tử nói tiếp: “À, cái tên này thật sự là một gánh nặng. Tôi luôn luôn được mong đợi sẽ nói và làm một điều gì đó thật duyên dáng và tôi luôn luôn sợ rằng mình sẽ sử dụng nĩa sai vào bữa trưa. Đôi lúc tôi chỉ thích ăn bằng tay mà thôi”.

Lisa đáp: “Xin mời vào. Bữa trưa đã sẵn sàng trên bàn. Chúng tôi hứa sẽ không vội vàng phê phán nếu anh muốn đặt khuỷu tay trên bàn hay xì xụp món hầm của mình”. Hoàng tử ăn vội một vài bát súp mà không dùng bộ dụng cụ ăn và kết thúc bữa ăn với tiếng ợ thật lớn.

Bạch Tuyết nói với vẻ nuối tiếc: “Charming!”.

Ghi nhớ:

**Hãy tập tha thứ bản thân và cả người khác để có được sự mãn nguyện.**

## HẠT ĐẬU THÔNG MINH

Một câu chuyện mà dường như các quyển truyện thiếu nhi không bao giờ truyền đạt đúng nội dung cốt truyện *Nàng công chúa và hạt đậu*. Hoàng tử Mark được người ông uyên bác và thích đi chu du đây đó, khuyến khích nên kết hôn với một nàng công chúa. Mặc dù đã tìm kiếm qua nhiều quốc gia nhưng hoàng tử không thể tìm thấy một nàng công chúa thật sự để cùng anh cai trị vương quốc Goose Downs. Trong các chuyến hành trình của mình, hoàng tử Mark đã đem lòng yêu một cô gái xinh đẹp tên là Christine. Nhưng cô là con gái của một người thợ nghèo ở Texas và cô không có dòng máu quý tộc.

Định mệnh thật trớ trêu, một nàng công chúa thật sự đã đến ngưỡng cửa toà lâu đài của anh trong một lần mưa bão dữ dội. Người con gái ướt đẫm nước mưa tự giới thiệu là công chúa Fahsod thuộc xứ Sardonica. Mặc dù cô có nghi ngờ một trong những thủy thủ đoàn đã thúc khuỷu tay khiến cô rơi xuống biển sau khi cô đưa ra lời bình luận ác ý về cái quần ống loe của anh ta, nhưng công chúa vẫn quả quyết rằng mình bị ngã xuống biển do một chiếc tàu dạo chơi đi qua.

Nữ hoàng nghĩ ra một cách kiểm tra để thử nghiệm về dòng dõi quý phái của cô gái. Bà bèn đặt một hạt đậu lên trên giường trong phòng dành cho khách, sau đó đặt chồng lên đó 20 cái nệm và 20 cái chăn lông vịt. Mặt hàng xuất khẩu chủ yếu của Goose Downs là lông vũ. Do phong phú về các loại chim nước nên đây là xứ sở sản xuất chăn, nệm. Nữ hoàng tin rằng nếu Fahsod là một nàng công chúa thật sự, thì cái mông vương giả dễ tổn thương của cô sẽ không thể nằm trên các tấm nệm đó. Sáng hôm sau, khi xuất hiện trong bữa điểm tâm, nàng công chúa đã than thở: “Chúng tôi không cảm thấy dễ chịu chút nào. Tối qua, chúng tôi không có được khoảng thời gian nào nghỉ ngơi vì cái giường đó không thoải mái. Nó giống như chúng tôi đang ngủ trên một vật gì đó”.

Nữ hoàng cho rằng chỉ khi là công chúa thật sự thì cô mới có được sự nhạy cảm trong giấc ngủ đến thế. Số mệnh của hoàng tử đã được định đoạt. Hoàng tử Mark bắt đầu đưa ra đề nghị kết hôn với công chúa Fahsod dù trái tim của anh đã thuộc về cô Christine xinh đẹp. Công chúa Fahsod nhanh chóng ưng thuận. Cô không yêu hoàng tử nhưng vì mặt hàng xuất khẩu chủ yếu của đất nước cô đang gặp khó khăn nên triển vọng hôn nhân của cô cũng bị hạn chế.

Bất chấp một hôn lễ hoành tráng với danh sách khách mời có thể cạnh tranh với các vai diễn trong

vợ Ben-Hur, tuần trăng mật đã kết thúc trước khi bắt đầu. Chiếc nệm không bằng phẳng chỉ là lời than phiền đầu tiên trong những lời than phiền không dứt của công chúa Fahsod. Khi hoàng tử ở gần, cô luôn mỉm cười tươi tắn nhưng khi anh đi khuất, cô lại nhạo báng anh và có những lời chỉ trích nhắm vào những người hầu không được sự bảo vệ của anh.

Sau những chuyến hành trình từ hải ngoại trở về, ông của hoàng tử hơi bất ngờ về sự lựa chọn người bạn đời của hoàng tử. Ông quan sát công chúa Fahsod khi cô la hét người đầu bếp và chế nhạo những nông dân nghèo. Vì không nhận ra ông của hoàng tử nên cô đã quát tháo yêu cầu ông đi vào cửa dành cho người hầu. Nhưng khi hoàng tử đến, công chúa thay đổi hẳn thái độ, nói với anh một cách dịu dàng: “Anh yêu, em vừa đưa cho ông già tội nghiệp này cuốn sách hướng dẫn dành cho những người hầu mới và nói cho ông ấy biết một chút về lâu đài của chúng ta”.

Hoàng tử Mark quả trách: “Fahsod này, đây không phải là người hầu”.

“Không, thật mà”, ông của hoàng tử phát âm có ngữ điệu, tự giới thiệu về mình. Còn công chúa, cô nhanh chóng chào ra về. Khi chỉ còn lại những người đàn ông với nhau, hoàng tử cố gắng giải thích sự lựa chọn vợ của mình. Hoàng tử Mark nói: “Cô ấy là một nàng công chúa thật sự, thưa ông. Cháu không muốn làm ông thất vọng”.

Người ông hỏi nhẹ nhàng: “Cháu có hạnh phúc không, Mark?”.

“Cuộc sống hôn nhân của cháu không được đảm bảo lắm. Nhưng cháu biết rằng một nàng công chúa thật sự sẽ giúp duy trì phẩm chất hoàng tộc như ông đã nói”.

Người ông sửng sốt hỏi lại: “Giống như ông đã nói sao? Ông đã yêu cầu cháu lấy một nàng công chúa “thật sự”. Điều đó không có bất cứ cái gì liên quan đến tước vị hay tiền bạc. Ông muốn cháu tìm được tình yêu giống như ông đã tìm thấy ở bà của cháu, một người phụ nữ hoàn thiện. Bà ấy là người phụ nữ “thật” vì bà biết tôn trọng bản thân mình và tôn trọng người khác. Bà đã chia sẻ với ông những suy nghĩ, cảm xúc của mình một cách chân thật. Bà đã từng là cô gái rửa bát khi ông gặp bà nhưng giờ đây bà đã là người phụ nữ cao quý nhất mà ông được biết”.

Hoàng tử nhận ra rằng mình đã sai lầm khi chọn công chúa Fahsod. Nhưng là người đứng đầu vương quốc trong tương lai, anh thấy mình buộc phải thực hiện đúng lời thề nguyện trong hôn lễ. Đầu tiên, anh cố gắng thay đổi tính cách chua ngoa của vợ mình qua những lời gợi ý, thậm chí là sự cầu xin,



nhưng anh thấy mình đang mất dần sự kiên nhẫn. Anh nhận ra hoàn cảnh của mình hoàn toàn tuyệt vọng.

Một ngày nọ, trong khi đi kiểm tra công việc tại nhà máy sản xuất gối và nệm, công chúa liên tục phàn nàn, kêu ca với hoàng tử về sự lựa chọn vải bọc nệm của anh. Hoàng tử không thay đổi ý định, nói với công chúa rằng đó là truyền thống gia đình từ nhiều thế hệ. Anh phớt lờ những cái nhìn, giận hờn trẻ con của cô. Khi bước lên bậc trên, công chúa mất thăng bằng ngã chúi xuống cái thùng chứa lông chim bên dưới. Do công chúa rất thích tắm với sữa và mật ong nên khi trôi lên khỏi cái thùng chứa lông chim, cô thật lộn lầy trong bộ lông chim. Ngay khi phát hiện được về hình dáng quái dị của mình, công chúa lao ra đường, kêu la cuồng loạn. Thật không may cho cô, hôm nay là ngày bắt đầu một mùa lễ hội gà tây.

Sau một năm tang chế theo thông lệ của vương quốc, hoàng tử góa vợ trở lại những chuyến hành trình của mình. Hoàng tử xuôi về phương Nam. Như định mệnh an bài, Christine cũng vừa quay về nhà. Những năm tháng tại trường học và suy nghĩ “một ngày nào đó hoàng tử của tôi sẽ đến” đã ngăn không cho cô lập gia đình. Khi hoàng tử hỏi thăm về công việc của cha, cô giải thích rằng ông ấy đã tìm thấy giếng dầu thứ ba trong tuần này. Hóa ra Christine đã giấu một sự thật rằng mình là cô gái thừa kế xinh đẹp của nguồn tài sản dầu hỏa.

Chuông hôn lễ mang niềm vui trở lại cho vương quốc Goose Downs. Hoàng tử học được từ những thử thách của cuộc hôn nhân đầu là ngay cả tranh cãi cũng mang tính xây dựng. Mỗi người đều có thể bộc lộ sự khác biệt của mình mà không cần kềm nén những cảm xúc. Công chúa mới càng ngày càng yêu xứ sở đầm lầy này hơn và dành trọn tình yêu thương và kính trọng cho hoàng tử.

Ghi nhớ:

**Hãy tập chia sẻ những cảm xúc là một phần không thể thiếu của lòng tự trọng**





## BÁNH GỪNG BẾ VỤNG NHƯ THẾ NÀO?

Xưa kia, có một người phụ nữ tên là Suzy. Cô cảm thấy chán cuộc sống đơn độc của mình nên một ngày kia, cô quyết định tự mình nướng một cái bánh gừng hình người để bầu bạn. Suzy nhào bột nắn ra hai cái tay và hai cái chân, sau đó dùng máy cắt bánh qui để tạo cho anh ấy một cái đầu cực kỳ tròn. Cô cho chàng trai bánh gừng của mình đôi mắt nho khô và sử dụng kem tạo thành cái miệng đang cười. Cô hoàn thành đường viền bộ quần áo phủ đường, những cái cúc áo bằng sôcôla và cặp dây đeo quần bằng cam thảo.

Một vài phút sau khi đưa chàng trai bánh gừng vào lò nướng, cô nghe một âm thanh thỉnh thoảng trong bếp. Hoảng hốt, cô mở toang cánh cửa lò nướng và hết sức kỳ lạ, chàng trai bánh gừng nhảy ra.

Anh chàng hét lên: “Ah ah, chắc hẳn nhiệt độ trong đó lên đến 350”.

Chàng trai bánh gừng đang giận sôi lên nhưng thật khó để biểu lộ sự giận dữ với nụ cười bằng kem trên gương mặt. Suzy chớp lấy và giữ chặt chàng trai bánh gừng, không hề biết đến cảm xúc thật của anh ấy. Cô nhìn chăm chăm vào cái sản phẩm bánh gừng của mình, mơ màng nói: “Cuối cùng thì mình cũng có được một ai đó để chia sẻ cuộc sống. Những cái cúc áo bằng sôcôla làm cho anh trông thật đáng yêu. Mình sẽ đặt cho anh cái tên Chip”. Chàng trai bánh gừng không thể diễn tả được sự giận dữ của mình với nụ cười trên khuôn mặt. Vì thế, trong tâm trạng thất vọng anh đã tự giải thoát mình ra khỏi vòng tay ôm chặt của cô và nhảy xuống sàn nhà. Anh nói to: “Nào, hãy cố hết sức của mình. Cô không thể bắt được tôi đâu. Tôi là chàng trai bánh gừng!”.

Chàng trai bánh gừng ra khỏi cửa bước xuống đường phố. Ý định trốn thoát của anh chưa được tính toán kỹ bởi vì hiện tại trong đầu anh không có hướng đi cụ thể nào. Khi hai cái chân nhỏ xíu của mình bắt đầu mỏi, anh dừng lại bên một trang trại để nghỉ ngơi. Một con bò cái bên trong hàng rào nói to với chàng trai bánh gừng: “Tôi đánh cuộc rằng cô ở bên phía anh bạn thì ngọt hơn cô ở đây”. Chàng trai bánh gừng không phải là người am hiểu về cỏ nhưng anh cũng không muốn con bò thất vọng về mình nên anh thử một ít cỏ ở khu vực đó. Chip thề rằng sẽ không bao giờ gọi món cỏ mần trầu trong nhà hàng.

Con bò cái tự giới thiệu: “Tôi tên là Hownow”.

Chàng trai bánh gừng cũng tự giới thiệu về mình. Anh giả vờ như đang lắng nghe những lời than van của cô bò về việc nhai lại thức ăn trong nhiều giờ đồng hồ của mình và bàn tay lạnh lẽo của con trai người chủ trang trại trong ngày vất vả.

Chip cảm thấy thật tệ nhạt và đã sẵn sàng tiếp tục lên đường nhưng anh phải làm một cái gì đó xứng đáng với vẻ bề ngoài ngọt ngào của mình. Hownow cho rằng anh chàng bánh quy này là một con người thô kệch, cứng nhắc nên đã đề nghị một bữa uống sữa no say trong cái thùng để làm anh mềm mại hơn.

Dạ dày của Hownow bắt đầu kêu réo khi cô tiếp tục trò chuyện với Chip. Cô bò hỏi: “Những cái cúc áo kia có phải là sôcôla sữa nguyên chất không?”.

Chip đáp một cách thận trọng: “Tôi đoán thế”.

“Anh bạn có phiền không nếu tôi thử một ít? Cô con gái của ông chủ O’Leary rất mê sôcôla sữa”. Sau đó, Hownow bắt đầu một bài thuyết trình dài lê thê về tất cả những người bán hàng lưu động và cô con gái của ông chủ trang trại đều rất thích món này.

Chip rất thích những cái cúc áo của mình nhưng anh không muốn làm người bạn duy nhất của mình thất vọng nên anh đã lấy nó ra khỏi cái áo khoác và đưa cho Hownow. Sau khi ăn hết những cái cúc áo, con bò vội vàng nói lời tạm biệt với Chip, cho rằng mình đã quên khóa cửa nhà kho.

Chàng trai bánh gừng tiếp tục lang thang cho đến khi cuối cùng anh tìm thấy một nơi có nhiều người rất giống mình - đó là Hollywood! Mọi người ở Hollywood đều mang vẻ điệu dàng, vui vẻ một cách giả tạo. Anh đã có một số người bạn mới, đó là Gingersnap Rogers và Fred Eclair. Cuộc sống hời hợt của họ chủ yếu là khiêu vũ suốt đêm ở những câu lạc bộ hợp thời của L.A. Gingersnap thì hơi vô dụng và Fred thì hết hạn sử dụng.

Chip đã cố hết sức để làm vui lòng hai anh bạn Fred và Gingersnap, nhưng cả hai thường hay nhạo báng anh vì anh được làm từ đường thô. Fred và Gingersnap cũng chế giễu kỹ thuật khiêu vũ của anh kém và vụng về quá sức tưởng tượng. Chip đã làm mọi cách bằng tất cả sức lực của mình để giữ hai người bạn quý phái, quyến rũ này. Nhưng nó đã kết thúc và anh phải trả giá bằng một cái tay và một cái chân.

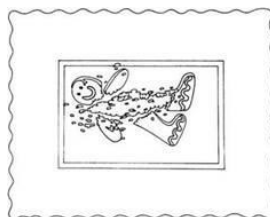
Quá chán ngán thực tế này, chàng trai bánh gừng quay trở lại nhà của Suzy, nơi đó anh được chào đón bằng cánh tay rộng mở. Tuy nhiên, chàng bắt đầu cảm thấy bồn chồn và cảm giác nhàm chán tăng lên sau nhiều tuần trôi qua, cho dù nụ cười bằng kem trên gương mặt anh chưa bao giờ tiết lộ điều đó. Suzy quyết định thay đổi chàng trai bánh gừng bằng cách thêm một số chi tiết mà cô nghĩ anh nên có. Nhưng Chip cảm thấy như mất một chút cái tôi riêng tư mỗi khi anh để cho một ai khác quyết định lựa chọn thay cho mình. Chàng trai bánh gừng không muốn có cặp lông mày mới hình quả hạnh và mái tóc quăn bằng kem vì anh đã quá quen với khuôn mặt của mình. Nhưng anh yên lặng chịu đựng những thay đổi đó bởi vì anh sợ đối đầu với Suzy. Suzy cố hết sức để thay thế những cái cúc áo sôcôla bị vỡ nhưng thật khó khăn. Chip cũng hơi lo sợ một chút nhưng nụ cười của anh lại tiếp tục làm sáng ngời căn phòng.

Khi Chip đứng lên sau cuộc phẫu thuật thẩm mỹ, những cái cúc áo vỡ bằng sôcôla được tháo ra và để lẫn lóc trên bàn. Anh cố gắng lấy lại chúng nhưng chỉ với một chân còn lại anh đã mất thăng bằng. Những gì còn lại của chàng trai bánh gừng khi rơi xuống đất là những mảnh vụn trên sàn nhà. Một nạn nhân của sự bất lực trong việc diễn tả cảm xúc thật. Chỉ nụ cười của anh là còn nguyên vẹn.

Suzy đã nghĩ đến việc nướng một cái bánh quy khác để bầu bạn nhưng cô nhận ra rằng mình không thể mang đến cho anh ấy khả năng diễn tả cảm xúc, suy nghĩ. Đó là một khả năng quan trọng đối với sức khỏe tinh thần. Cô biết rằng không có thành tố này, bất cứ ai cũng sẽ rơi xuống vỡ thành nhiều mảnh.

Ghi nhớ:

**Hãy tập KHÔNG che giấu cảm xúc để nâng cao lòng tự trọng của mình!**



## KHÔNG THỂ DUNG THỨ

Ngày xưa, có một gia đình ba con gấu sống trong căn nhà giản dị trong rừng. Gấu cha hết sức to lớn có tên là Bruin, gấu mẹ là Ursa và con trai của họ là Theodore.

Bruin là một nhân viên mua bán chứng khoán đầy triển vọng của Tập đoàn đầu tư thị trường chứng khoán nên ông không có nhiều thời gian dành cho gia đình. Bruin đã cố gắng cắt giảm khối lượng công việc xuống dưới 80 giờ trong một tuần nhưng ông lại sợ đối mặt với ông chủ, vì ông ấy là một con gấu xám Bắc Mỹ thật sự.

Ursa cũng sợ phải đương đầu với mọi thứ nên miễn cưỡng rèn Theodore vào kỷ luật vì bà muốn cậu bé sẽ giống mình. Điều này khiến cho Theodore tức giận vì không được làm mọi thứ theo cách riêng của mình. Theodore thường hay nói dối mẹ để nhiều ngày liền không về nhà.

Một buổi sáng cuối tuần, gia đình Gấu quyết định đi dạo trong khi chờ món cháo yến mạch nguội dần. Trong thời gian họ ra ngoài, một cô gái tên là Goldie đi qua khu rừng. Goldie là tên riêng do cô có mái tóc màu vàng mặc dù theo lời đồn là trước đây nó có màu nâu. Nhận thấy mình đang đói bụng và đã lạc đường, Goldie phát hiện ngôi nhà ấm cúng của gia đình gấu nên cô quyết định sẽ tự mời mình vào dùng bữa sáng. Goldie chỉ muốn quan tâm đến mình một chút. Cô cho rằng bất cứ ai cũng sẽ đánh giá cao sự có mặt của cô.

Goldie gõ cửa. Không nghe ai trả lời nên cô nhìn qua cửa sổ. Bên trong, cô thấy ba chén cháo yến mạch đang bốc hơi nghi ngút. Goldie vịn nhẹ tay cầm cửa và bước vào nhà bếp. Cô tự nhiên múc muống cháo thật to của Gấu cha nhưng nó vẫn còn quá nóng. Cô thử món cháo của Gấu mẹ nhưng nó quá lạnh. Cuối cùng, cô ăn một chút phần ăn sáng của Gấu con và nó thật vừa ăn. Cho nên, cô ăn sạch phần cháo này. Phần cháo của Gấu cha cũng đã nguội nên cô cũng ăn hết.

Con đói của cô đã được thỏa mãn. Goldie đi lang thang trong nhà của gia đình Gấu, nhìn các tấm ảnh và soi mói các vật dụng. Cô chưa bao giờ thiết lập cho bản thân một giới hạn đúng mực nên cô thấy không có lý do gì mình phải tôn trọng sự riêng tư của người khác. Có lần cô đã mượn cái áo choàng yêu thích của cô bạn Little Red và đến một vài tháng sau cô mới trả lại với những vết bẩn biến màu.

Thậm chí Goldie còn thử ngồi vào những cái ghế của gia đình Gấu. Bruin có một cái ghế Bearcolounger nhưng nó quá to so với sở thích của Goldie. Ursa có một cái ghế xích đu nhưng nó kêu cọt két khi Goldie ngồi thử. Vì thế, cô chuyển qua ngồi vào cái ghế túi đậu của Theodore. Cô lọt tồm vào trong ghế làm rách toạc khá rộng các đường chỉ may, những viên bột nước nhỏ tuôn ra từ cái ghế hư phũ đầy trên thảm nhà trông giống như vùng đất thần tiên mùa đông.

Chất axit lactic trong cháo yến mạch làm Goldie cảm thấy buồn ngủ, đứng không vững. Cô đi vào phòng ngủ của gia đình Gấu và duỗi thẳng người trên cái giường cỡ to rộng rãi của Bruin, nhưng cái nệm quá cứng. Giường có màn che của Ursa có cái nệm dẻo. Nó không tốt cho xương sống của cô. Nhưng cái giường nước không gợn sóng của Theodore thì “hoàn hảo” và Goldie nhanh chóng ngủ thiếp đi.

Khi gia đình Gấu trở về, họ sững sốt khi nhìn thấy những thiệt hại do Goldie gây ra. Gấu cha lên tiếng: “Có một ai đó đã ăn hết cháo của ta”.

Gấu mẹ nói với giọng ân hận: “Không ai chạm vào cháo của mẹ. Mẹ chắc rằng do nó quá mặn. Mẹ chưa bao giờ nêm cháo vừa ăn”. Cô nói thế để tránh phải đối đầu với Theodore vì cậu ấy luôn phàn nàn về cách nấu ăn của bà.

Theodore gào lên: “Ai đã ăn hết bữa sáng của tôi và ai đã lấy chiếc nhẫn bí mật ra khỏi hộp ngũ cốc?”. Theo cái cách mỗi khi bị kích động, cậu đã ném cái chén vào tường.

Gia đình Gấu xem xét những thiệt hại trong phòng khách với cảm giác bị xúc phạm, tổn thương như nhau.

Bruin rên rỉ: “Ai đó đã làm gãy tay vịn trên cái ghế Bearcolounger của tôi”.

Ursa lại trả lời với cái giọng biết lỗi: “Em xin lỗi, anh yêu. Chắc là em đã làm điều đó trong khi quét bụi”. (Bà Ursa có xu hướng thường hay xin lỗi ngay cả khi mình không phải là người có lỗi).

Đến lượt Theodore hét lên: “Ai quan tâm đến cái ghế ngổ ngán đó. Hãy nhìn xem cái đồng hồ độn trên cái ghế của con nè!”.

Cả gia đình Gấu cảm thấy kẻ đột nhập vẫn còn ở trong nhà nên thận trọng quan sát phòng ngủ. Họ

phát hiện Goldie đang ngủ trên cái giường nước. Bruin hăng giọng thật lớn để gây sự chú ý của Goldie. Cô tỉnh giấc, giật mình trước sự hiện diện của gia đình Gấu nhưng cô không hề xin lỗi về những hành động của mình. Thay vào đó, trong khi sửa sang lại mái tóc nhuộm và tô lại đôi môi màu đỏ thắm, cô bạo gan đề nghị gia đình Gấu cho cô được ở lại với họ một vài ngày chờ căn phòng của mình được quét sơn.

Gia đình Gấu chưa bao giờ tập quan tâm đến bản thân mình bằng việc từ chối người khác nên đành miễn cưỡng để Goldie ở lại. Cách cư xử của Goldie đã biến cuộc sống của họ thành ác mộng. Họ chưa bao giờ có một người khách nào khó chịu như thế kể từ khi Cậu Smokey hướng cái bình chữa cháy của mình vào những ngọn nến trên cái bánh sinh nhật của Theodore.

Nhiều ngày rồi đến nhiều tuần trôi qua, một điều gì đó bất thường bắt đầu xảy ra với gia đình Gấu. Bruin chán ngấy với kẻ ăn bám này đến nỗi ông bắt đầu từ chối những yêu cầu liên tục của Goldie về các khoản vay, thông tin nội bộ về cổ phần và dịch vụ gọi hàng ngày đến số 900. Sự quyết tâm này đã tạo cho ông sức mạnh tự tin đến nỗi ông có thể đứng cầm đầu với ông chủ trong công việc để thương lượng một lịch làm việc hợp lý hơn.

Ursa đã trải qua một vài ngày đầu tiên cố gắng làm Goldie hài lòng bằng cách làm mọi việc thật hoàn hảo và không ngớt xin lỗi mỗi khi Goldie phàn nàn. Dần dần, Ursa bắt đầu nhận ra rằng Goldie đang lợi dụng mình nên không còn phục vụ người khách không mời này những bữa sáng trên giường nữa.

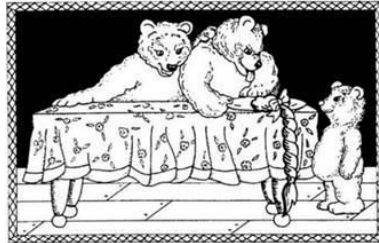
Qua việc cha quan tâm hơn đến những nhu cầu của gia đình và mẹ không cho phép người khác qua mặt mình dễ dàng, Theodore bắt đầu có được sự kính trọng mới mẻ dành cho cha mẹ, Theodore cũng học được một số điều từ cách cư xử đáng ghét của Goldie, đó là: cậu có thể xem xét những giận dữ trẻ con của mình theo phương diện mới và cậu biết rằng mình không muốn lớn lên giống Goldie. Cậu dần dần bắt đầu có trách nhiệm hơn đối với những hành động của mình. Theodore chợt nghĩ ra rằng nếu cậu không chuyên tâm vào việc học thì cậu sẽ có một kết thúc không tốt giống như người anh họ Binky của mình.

Một ngày kia, Goldie than van rằng mình rất chán món cháo yến mạch này và yêu cầu gia đình Gấu có một món gì đó khác hơn dành cho bữa sáng. Bữa sáng hôm sau, gia đình Gấu chấp nhận yêu cầu của cô và dọn ra ba khẩu phần rất lớn - Goldie, oxy lỏng và những chiếc nhẫn.



Ghi nhớ:

**Hãy tập xây dựng cho mình những ranh giới để đề cao sự tự tin.**



## THỨC DẬY VÀ NGƯỜI THẤY MÙI CAFE

Ở xứ sở Ngủ gât này, nàng công chúa Joyce đang chờ đợi một thế kỷ qua. Vì sao cô trải qua giấc ngủ một thế kỷ? Cha mẹ cô, đức vua và hoàng hậu, đã quên mời một bà tiên khá độc ác đến dự buổi sinh nhật đầu tiên của công chúa Joyce. Những bà tiên được mời đã tặng cô những món quà hết sức ý nghĩa, như đức hạnh, sắc đẹp, lòng tốt, sự duyên dáng và trái phiếu tiết kiệm khá hào phóng. Khi biết được mình bị loại ra trong ngày hội này, bà tiên bị bỏ quên đã lao đến bữa tiệc. Trong sự giận dữ và cảm giác bị bề mặt, bà đã công khai đưa ra một lời nguyền dành cho nàng công chúa trẻ: “Vào sinh nhật 15 tuổi của mình, công chúa sẽ chết khi bị con thoi đâm vào ngón tay”. Đức vua và hoàng hậu rất buồn lo vì việc này nên hứa trong tương lai sẽ luôn nhớ gọi thợ mời. Tuy nhiên, hành động thiện chí đó không lay chuyển được bà tiên. Ngay lúc đó, một bà tiên khá hợp thời trang đã đến trễ và bà chưa tặng cho công chúa món quà của mình (một chiếc xe tập đi làm từ quả bí ngô). Vì thế, bà đưa ra lời cầu chúc công chúa sẽ ngủ 100 năm sau khi ngón tay bị đâm. Bà cũng đề nghị tất cả mọi người khác trong vương quốc này cùng ngủ để công chúa không cô đơn.

Đức vua và hoàng hậu rất đau khổ. Họ luôn luôn bảo vệ con gái mình một cách thận trọng. Nhà vua đã ra lệnh đốt tất cả các guồng quay tơ, thậm chí trục xuất những người thợ may, thợ khâu, thợ đan đi khỏi vương quốc cho chắc ăn.

Công chúa Joyce không được phép chơi bên ngoài nếu không có sự bảo vệ của lính hoàng gia. Việc củng cố các giải pháp an ninh một cách chặt chẽ khiến công chúa ngày càng không còn hứng thú với việc học. Công chúa cũng rất yêu quý động vật nhưng cha mẹ cô sợ rằng con chó hay con mèo có thể gây hại cho cô. Do đó, cô chỉ được chơi với một con cá vàng. Nhưng sau đó, mẹ cô nhận thấy chậu cá vàng có thể vỡ thành những mảnh vỡ nguy hiểm. Vì thế, con thú cưng duy nhất của Joyce, con Sushi, đã bị mang đi. Cô cũng không được học cưỡi ngựa vì cha mẹ sợ cô bị ngã. Công chúa đề nghị giúp đỡ bếp trưởng trong nhà bếp nhưng theo các mệnh lệnh nghiêm khắc của hoàng gia, những nhân viên này không để cô đến gần bếp lò và dao kéo.

Vào sinh nhật thứ 15, công chúa Joyce trốn khỏi những người lính bảo vệ và tìm kiếm lối thoát cho tình trạng hiện tại. Ở một trong những tòa lâu đài bị bỏ hoang, cô bắt gặp một bà lão đang quay tơ, chính là bà tiên độc ác cải trang. Nóng lòng muốn thử một cái gì đó mới mẻ mà không có sự giám sát chặt chẽ của những người lính bảo vệ, công chúa ngồi xuống để quay tơ. Nhưng, than ôi, ngay lần

đầu tiên làm thử ngón tay của cô đã bị con thoi của guồng quay tơ đâm phải và ngay lập tức cô ngất đi.

Vào lúc đó, lời của bà tiên tốt bụng đã thành hiện thực: mọi người trong vương quốc cảm thấy buồn ngủ và ngủ thiếp đi vào buổi trưa. Thật may mắn, Thad, anh hề trong cung điện đã hoàn thành trò tung hứng rìu nên không ai bị cái rìu rơi trúng.

Qua một trăm năm, cỏ dại đã mọc cao khắp xứ sở ngủ gật này tạo nên một hàng rào rậm rạp, không lồ chặn đứng đường đến tòa lâu đài. Những câu chuyện về vẻ xinh đẹp của công chúa trở thành truyền thuyết trong những ngôi làng lân cận. Những tin đồn lan xa khắp nơi rằng cô có thể được đánh thức dậy bằng một nụ hôn. Một vài người đàn ông đã làm cuộc hành trình đến tòa lâu đài với hi vọng phá vỡ được lời nguyền nhưng không ai có thể xuyên qua được hàng rào cây cối đó.

Vào ngày sinh nhật lần thứ 115 tuổi của công chúa, lời nguyền được giải và mọi người ở xứ sở ngủ gật này lại tiếp tục cuộc sống của mình. Lúc đó, có một chàng trai tuấn tú đến để thử thách khả năng của mình. Hàng rào cây rậm rạp tự nhiên rẽ ra thành lối đi đưa anh đến tòa lâu đài. Sau nhiều giờ quan sát tòa nhà cũ kỹ, cuối cùng hiệp sĩ Bruce của dòng họ Addis phát hiện cô gái xinh đẹp đang ngủ trong cái tháp bỏ hoang.

Chàng hiệp sĩ trẻ gọi to: “Dậy đi công chúa. Lời nguyền đã được giải”.

Chàng hiệp sĩ Bruce quỳ xuống hôn cô gái trẻ. Công chúa Joyce mở mắt, thì thào: “Thêm năm phút thôi. Tôi đang trong một giấc mơ thật thú vị”.

Thời gian trôi qua và công chúa càng yêu quý anh chàng hiệp sĩ trong bộ áo giáp sáng chói. (Thậm chí cô còn đề nghị được đánh bóng bộ áo giáp để anh trông thật đẹp trong cuộc đấu thương trên lưng ngựa). Họ kết hôn với nhau bằng một lễ cưới hoàng gia hiện đại nhất và họ chắc rằng tất cả các bà tiên đều được mời đến dự.

Do các hoạt động mang tính xã hội của cô trong thời gian trước khi chìm vào giấc ngủ 100 năm đều bị hạn chế nên Joyce chưa bao giờ có được bất kỳ một quan tâm hay sở thích nào cho cá nhân mình. Vì vậy, công chúa sống vì chồng. Những quan tâm của anh trở thành những quan tâm của cô. Và cô làm tất cả vì anh một cách nồng nhiệt. Joyce chải lông ngựa, mài sắc cây thương và thậm chí làm cho anh những báo cáo độ thám về đối thủ cạnh tranh trong vùng. Cô chưa bao giờ bỏ lỡ một trận đấu

thương trên lưng ngựa nào. Trong thâm tâm, cô ghen tỵ với hiệp sĩ Bruce và khả năng cưỡi ngựa của anh. Joyce ước mong được tự do cưỡi ngựa đi trên những con đường miền quê mà tuổi thơ của cô vì đã được bảo vệ quá chặt chẽ đã để lại cho cô nỗi sợ hãi khó hiểu. Tuy nhiên, nỗ lực thoát ra để tự do của cô là vấn đề liên quan đến con thoi của guồng quay tơ đã mang đến cho cô và toàn thể mọi người trong vương quốc sự bất hạnh.

Công chúa cũng giấu kín những giấc mơ không thực hiện được của mình bằng việc cố gắng giúp đỡ những người khác bằng những nỗ lực sáng tạo. Cô bảo trợ những nhà văn, nhà thơ bằng tài sản của hoàng gia nhưng cô chưa bao giờ viết ra giấy những ý tưởng câu chuyện của riêng mình. Cô là người đỡ đầu của ban nhạc thính phòng hoàng gia nhưng khi thử tập các bài học nhạc thì những lúng túng, ngượng ngịu đã làm cô bối rối. Do đó, cô đã cho người hầu gái cây đàn piano của mình. Tất cả những mối liên hệ của cô với cuộc sống của người khác bảo đảm rằng Joyce sẽ không có thời gian để cảm thấy trống rỗng.

Vài năm sau đó, công chúa ngẫu nhiên gặp bà tiên độc ác, người bị xa lánh trong bữa tiệc sinh nhật đầu tiên của cô. Bà vừa mới trở về từ một kỳ nghỉ tự vấn lương tâm ở Tây Tạng. Bà giải thích với công chúa rằng mình đã học được những giá trị của sự tha thứ và đã không còn giữ sự hận thù đối với cô và gia đình về lời mời bị bỏ sót. Bà cũng xin lỗi công chúa về lời nguyền của mình, cho rằng mình đã để sự tổn thương lấn át lý trí. Tiếp theo, bà hỏi về cuộc sống của Joyce từ khi cô thức giấc và một báo cáo chi tiết về các thành tích của hiệp sĩ Bruce. Sau một lúc lắng nghe, bà tiên nhận thấy rằng Joyce đã không tạo được cho mình một sự riêng biệt, nhận biết nào.

Bà tiên đề nghị trao cho công chúa một bùa hộ mạng có phép thuật như một món quà cưới muộn. Bà đưa ra một xylanh bằng bạc, nói bằng cái giọng đều đều, kỳ quái: “Bằng bùa hộ mạng này, con sẽ được an toàn”. Bà tiên giải thích rằng bùa hộ mạng cho phép công chúa phát huy tài năng bằng khả năng của mình. Bà còn báo trước rằng bùa hộ mạng sẽ không loại trừ được những sai lầm, thậm chí thất bại nhưng nó sẽ biến những sai lầm đó thành bài học có giá trị để dẫn đến những thành công trong tương lai.

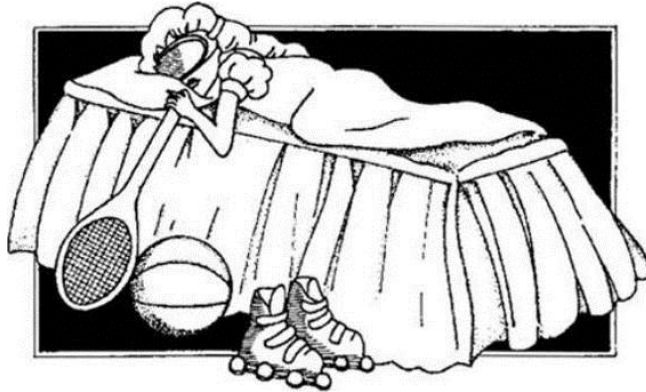
Công chúa rất vui sướng với món quà đó và nhận thấy một cảm giác tự do mới mẻ. Ngay lập tức cô đến gặp vị phu quân và yêu cầu anh dạy cô cưỡi ngựa. Cô đã té ngã một vài lần. Nhưng cô nhận thấy rằng qua mỗi lần té ngã đã giúp cô cải thiện kỹ năng cưỡi ngựa của mình. Hiệp sĩ Bruce đã quá quen thuộc với một người vợ luôn phụ thuộc, dựa vào mình. Nay anh bắt đầu nhìn vợ theo một ánh mắt

mới. Cô đang bước ra khỏi cái bóng của anh. Việc trở lại các bài học nhạc của cô cũng thành công tương tự như thế. Joyce cảm thấy cuộc đời của mình đã được đánh thức. Quyển sách đầu tiên của cô, quyển *How to Stay Lean at 115*, đã được đánh giá cao.

Tất nhiên, bà tiên phải mua một tuýp son môi mới để thay thế “bùa hộ mạng có phép thuật” mà bà đã đưa cho công chúa. Nhưng đó dường như là một cái giá thật rẻ để trả cho một cuộc sống hạnh phúc mãi mãi sau này.

Ghi nhớ:

**Hãy tập thiết lập mục đích sống của bản thân, lúc đó, bạn sẽ nhận ra mình đặc biệt như thế nào.**



## SỰ THẬT HIỂN NHIÊN

Trong cuộc cạnh tranh về tiếng tăm, hoàng đế Oloof của xứ Hubris đã có được một vị trí vững chắc trong lịch sử. Căn cứ vào tai tiếng mà nhiều vị hoàng đế khác từng có, có thể khẳng định đây không phải là một công việc dễ dàng. Một số vị hoàng đế đã mất nhiều tháng để ghi tên mình vào danh sách đó. Thậm chí hoàng đế Caesar đã ăn salad với một ít cá và cách tiết kiệm đó đã tạo nên tên tuổi của ông. Còn hoàng đế Oloof đã ghi tên mình trong nhiều sách lịch sử qua việc trình bày một mẫu thời trang táo bạo.

Hoàng đế Oloof cho rằng quần áo làm nên con người. Ông đã tự thưởng cho mình một kho đầy ắp những bộ quần áo thời trang mới nhất góp phần tạo nên vẻ bề ngoài vương giả của hoàng đế. Không gì có thể tốt hơn căn phòng chứa quần áo của Oloof. Ông ấy thuê những người chơi pôlô (một môn hockey) làm mẫu để tạo phù hiệu riêng trên áo sơ mi thể thao của mình. Thậm chí áo vét may bằng vải tuyết với những đường khâu hình xương cá được may bằng vải chéo chữ chi.

Khi hay tin có những người thợ may tài giỏi nhất đang lưu lại ở xứ Hubris, hoàng đế ra lệnh triệu họ đến cung điện ngay lập tức. Hoàng đế Oloof muốn một bộ quần áo mới, một bộ quần áo khiến cho mọi người phải chú ý đến ông. Mặc dù bây giờ là đang giữa tháng Bảy nhưng những người thợ may gầy, cao lêu nghêu lại mặc áo đen cổ cao và quần da đen. Lời cam kết may bộ quần áo hợp thời trang mới nhất đủ làm hoàng đế tin tưởng. Họ còn có một danh thiếp công ty xác nhận: Phligm và Phlamm là những thợ may giỏi nhất.

Hoàng đế cố gắng gây ấn tượng với những người đàn ông qua việc đưa họ tham quan một vòng căn phòng chứa quần áo của mình. Nhưng họ lại cười chế nhạo và xem đó là bộ sưu tập của ngày hôm qua. Hoàng đế tiếp tục khoe khoang một cách tự hào về bộ sưu tập nghệ thuật hiện đại đồ sộ của mình nhưng họ dường như không quan tâm. Sự lãnh đạm, thờ ơ của những người thợ may càng kích thích trí tò mò của hoàng đế đối với những người thợ may bí ẩn này.

Phligm và Phlamm kéo hoàng đế sang một bên và nói bằng cái giọng kín đáo rằng vì ông là một khách hàng đặc biệt nên họ sẽ để cho ông biết một bí mật thời trang. Sau khi họ khuyên hoàng đế không nên mặc màu trắng sau ngày Quốc tế Lao động, Phligm cho tay vào túi và kéo ra một nắm tay không có gì. Hoàng đế cảm thấy thật bối rối nhưng những người thợ may đã giải thích rằng đây là

một loại vải đặc biệt mà những người ngu dốt và những kẻ không làm tròn phận sự của mình sẽ không thể nhìn thấy. Họ còn nói với hoàng đế đây là cách hiệu quả để loại khỏi triều đình những kẻ kém cỏi, bất tài. Vì không thể nhìn thấy loại vải đó nên hoàng đế không hoàn toàn bị thuyết phục cho đến khi họ đề nghị không phải trả thêm tiền công cho cái quần. Phlign và Phlamm đã vội vã rút lui ngay khi tờ hóa đơn hào phóng được ký.

Vị hoàng đế đã mặc làm mẫu bộ quần áo mới trong buổi họp tiếp theo sau đó. Ông nói với những cố vấn về thuộc tính đặc biệt của nó và dường như tất cả họ đều thông qua buổi kiểm tra này. Trước đây, khi hoàng đế yêu cầu các thành viên nội các đưa ra những lời phê bình trung thực mang tính xây dựng, thì sự trung thực đại dốt của họ đã làm ông tức giận. Thật ra, hầu hết các nhân viên cố vấn này trước đây đã làm việc cho anh trai Caligula của hoàng đế.

Vì ngày mai là sinh nhật của hoàng đế nên ông quyết định công khai giới thiệu bộ quần áo mới trước công chúng trong buổi duyệt binh. Khi hoàng đế diễu hành đi đầu buổi duyệt binh, tiếng hoan hô đột nhiên im bất đến sững sờ. Cuối cùng, một cô gái trẻ thì thầm lời bình luận về “quyền lực của hoàng gia” và đám đông không còn kèm nén được nữa. Mọi người trên đường phớt lờ lên gấp đôi. Dần dần hoàng đế nhận ra mình đã bị lừa. Với hai vai co rúm lại, gương mặt đỏ thắm đã làm giảm uy quyền của một vị hoàng đế, ông ra lệnh đoàn diễu binh trở lại lâu đài. Thật không may, hợp đồng mua bán đã qui định rõ ràng về “bộ quần áo sinh nhật” nên không có cơ sở pháp lý chống lại những người thợ may đó.

Sau nhiều tháng giấu mặt vì xấu hổ và tự vấn lương tâm nghiêm khắc, hoàng đế Oloof nhận ra sự lỗi bịch của mình. Lúc này, ông mới có thể cười về sự trần truồng của mình quá lâu trước công chúng. Một số người đã có những lời giễu cợt nhắm thẳng vào hoàng đế. Hoàng đế Oloof quá chán việc chú trọng bề ngoài của mình và chính “bộ quần áo không thể nhìn thấy” đã giúp ông bỏ được gánh nặng về vẻ bề ngoài vương giả.

Ghi nhớ:

**Hãy tập tiếp thu những ý kiến phản hồi trung thực là bước quan trọng hướng đến việc duy trì mối liên hệ với những người có tâm hồn trong sáng và trung thực!**

## ĂN ĐẾN NỖI PHẢI SẶT NGHIỆP

Hansel và Gretel sống cùng với cha và mẹ kế tại một căn nhà nhỏ trong rừng. Mẹ kế của Hansel và Gretel là bà Belinda. Bà là một người mẹ kế độc ác. Khi Belinda gặp ông James, cha của Hansel và Gretel, ông đã là một anh tiểu phu rất xuất chúng, thành đạt về mặt tài chính trong làng. Belinda tìm thấy sự hấp dẫn ở kích thước cái ví tiền của ông chứ không phải ở thể lực mạnh mẽ của người tiểu phu. James cũng chưa bao giờ thật sự yêu Belinda, nhưng ông đồng ý cưới cô bởi vì ông cảm thấy những đứa trẻ cần hình bóng một người mẹ trong cuộc sống của chúng.

Mặc dù gia đình đã trải qua một vài năm sống trong sự thịnh vượng nhưng sự gia tăng đột ngột của những nhu cầu trong cuộc sống khiến Belinda phải sử dụng đến tài khoản tiết kiệm chung đã làm cho James và gia đình của ông trở nên nghèo xơ xác. Những thua lỗ trong công việc kinh doanh của người tiểu phu đã phá hỏng kế hoạch bí mật đưa những đứa trẻ đi trường nội trú ở nước ngoài của Belinda. Nhưng Belinda là một bà mẹ kế đầy mưu mẹo. Bà nhanh chóng đưa Hansel và Gretel đi bộ thật lâu trong rừng và giải thích đây là trò chơi trốn-tìm. Belinda yêu cầu những đứa trẻ nhắm mắt lại, đếm đến 1000 và cố gắng tìm đường về nhà. Belinda đã thuyết phục người tiểu phu thật thà rằng mình đang giúp những đứa trẻ xây dựng những kỹ năng thích nghi với cuộc sống để tồn tại. Và James gần như chưa bao giờ nghi ngờ người bạn đời về kiểu dạy con kỳ dị đó.

Bất chấp ý đồ thâm hiểm của Belinda, Hansel và Gretel đã học cách tìm đường đi xuyên qua rừng bằng cách quan sát rêu chỉ phát triển ở bên phía bắc của thân cây và sử dụng cái la bàn bỏ túi mà Hansel đã tìm thấy trong hộp ngũ cốc. Một ngày nọ, sau khi Hansel và Gretel đã trở về được bằng con đường khác, Belinda đề nghị một trò chơi mới mà bà nghe mọi người gọi là “gắn đuôi cho con lừa”. Biết rằng “những trò chơi” của mẹ kế thường hay dẫn đến việc đi lạc nên Hansel đã lục tìm cái la bàn. Cậu bé cảm thấy sợ khi phát hiện cái la bàn của mình đã bị mất. Nhưng Hansel là một cậu bé có tài xoay sở. Cậu bắt đầu bí mật rải những mảnh vụn bánh mì từ phần bánh cậu mang theo cho bữa trưa. Cậu biết rằng mình và Gretel có thể theo dấu vết của những mảnh vụn bánh đó quay trở về nhà.

Ở sâu trong rừng, Belinda bịt mắt Hansel và Gretel lại, dắt chúng đi một vòng để bắt đầu trò chơi “gắn đuôi cho con lừa”. Belinda hướng hai đứa trẻ tập trung vào một cái cây. Khi chúng sờ dọc theo thân cây để tìm kiếm bức tranh của con lừa thì bà mẹ kế ác độc đã quấn sợi dây xung quanh và cột



chặt chúng vào cái cây đó. Hansel và Gretel trước đó đã tham gia những bữa tiệc sinh nhật nên chúng nhanh chóng nhận ra rằng Belinda không chơi theo những qui luật trò chơi của Hoyle.

Lúc sắp tối, Hansel và Gretel cố gắng thoát ra khỏi sự xiềng xích. Chúng bắt đầu tìm đường về nhà theo dấu vết của những mảnh vụn bánh mì nhưng thật không may, những chú chim đã thu nhặt hết những mảnh vụn bánh đó.

Quá mệt mỏi và mất phương hướng, Hansel và Gretel đi loạng choạng trong rừng tìm một con đường mòn, nhưng càng đi chúng càng lạc lối. Khi trời sáng, chúng nhìn thấy hình ảnh mờ nhạt từ xa của một ngôi nhà trên một ngọn đồi. Cố gắng hết sức cuối cùng thì chúng cũng đến nơi trong cái đói còn cào.

Khi tiến gần đến cửa nhà, hết sức kinh ngạc chúng nhận ra rằng ngôi nhà được làm bằng bánh gừng. Cánh cửa là chocolate đặc với cái tay cầm bằng kẹo dẻo. Hansel không thể kháng cự lại ý muốn thử một miếng cái ống nước được làm bằng bánh qui giòn bọc đường caramen. Còn Gretel thì hấp tấp hơn một chút nên đã ăn hết cái thảm chùi chân được kết lại từ những sợi cam thảo. Hai đứa trẻ không biết rằng chúng đang bị theo dõi từ cái cửa sổ kính bằng kẹo cứng. Một giọng nói âm vang vọng ra từ bên trong ngôi nhà: “Những chú chuột gặm nhấm bé nhỏ đang ăn vội vàng trong ngôi nhà của ta!”.

Trước khi Hansel và Gretel có thể bỏ chạy, cánh cửa đã mở toang và xuất hiện trước mặt chúng là một người phụ nữ lớn tuổi to cao đang chống cây gậy kẹo khổng lồ. Gretel nói trong nỗ lực yếu ớt: “Trò bịp bợm hay buổi tiệc chiêu đãi?”.

Người phụ nữ trả lời với cái nháy mắt tinh khôn: “Nhưng bây giờ là tháng Mười một, cô bé của tôi. Hãy vào nhà để tránh cái lạnh bên ngoài. Tôi muốn mời cả hai dùng bữa tối”.

Người phụ nữ nói tiếp: “Tên tôi là Bruja. Tôi là một giáo viên dạy môn đại số đã nghỉ hưu. Vì thế, tôi rất nhớ những gương mặt vui tươi của bọn trẻ”.

Hansel đáp: “Bà có một ngôi nhà thật kỳ lạ” với ánh mắt chăm chú nhìn vào những tấm rèm cửa làm bằng kẹo bông và sàn nhà được lót bằng đậu phộng giòn.

Bà Bruja dọn ra cho Hansel và Gretel món bánh sandwich, cốc nhỏ và những chai soda có ga. Chúng ăn ngẫu nhiên một cách ngon lành. Bọn trẻ đang rất vui vẻ. Nhưng khi bà Bruja hỏi Hansel

có muốn tắm ở một trong những cái nồi rất to có sẵn của bà không thì bọn trẻ bắt đầu tỏ ra nghi ngờ động cơ thật sự của người phụ nữ này. Tuy nhiên, trước khi có thể hành động bất cứ điều gì thì chúng đã uống hết những chai soda, chúng thấy rất buồn ngủ và gục xuống sàn nhà.

Hansel tỉnh dậy trong nhà kho bị khóa chặt ở phía sau nhà của bà Bruja. Trong nhà kho có một hộp sôcôla và hai gallon kem. Cậu bé chỉ ăn vừa đủ để duy trì sức khỏe, nghĩ rằng không bao lâu mình sẽ ở trong miệng của bà Bruja.

Còn ở trong nhà, Gretel thức dậy và ngay lập tức làm các công việc lau chùi, nấu nướng và chiến đấu chống lại lũ kiến, gián và chuột. Mặc dù hoàn cảnh dường như đã hết hy vọng nhưng Gretel cố nhớ lại cách mà mẹ ruột đã luôn khuyến khích cô chịu trách nhiệm với cuộc sống của mình. Gretel quyết định rằng mình sẽ không là nạn nhân. Cô bé cẩn thận lập một kế hoạch bỏ trốn. Gretel để ý thấy bà Bruja hay tự cân cho mình một vài lần trong ngày. Cô bé đoán rằng bà Bruja đang bị ám ảnh về cân nặng của mình và nhận thấy người phụ nữ này không thể kềm chế được bản thân. Gretel cũng để ý thấy rằng hầu hết tường rào trong nhà vệ sinh dành cho khách đều bị thiếu và nghi ngờ chính nơi đây đã có nạn nhân thiệt mạng vì sự thèm ăn của mình.

Những năm tháng cô độc đã gây nên những mất mát đối với bà Bruja. Những tuần sau đó, bà đã kể cho Gretel nghe câu chuyện cuộc đời mình. Qua đó, Gretel biết rằng người phụ nữ này nhận thức về bản thân mình rất kém. Trong những lần nói chuyện, Gretel cũng nhận ra rằng bà Bruja là một phù thủy. (Cái mũi màu đen nhọn đầu cũng là một ám chỉ rất rõ). Bà phù thủy nói với Gretel về tuổi thơ đầy phiền muộn của mình, cha mẹ chưa bao giờ dành bất cứ khoảng thời gian nào cho bà. Nước mắt tuôn chảy khi bà Bruja chia sẻ với Gretel những kỷ niệm về việc không có bất cứ ai ở đó để quan sát và hướng dẫn bà cưỡi cây chổi đầu tiên. Bà phù thủy, rõ ràng là đang cảm thấy rất buồn về bản thân mình, nói rằng mình đã được định trước sẽ sống một cuộc đời đau khổ và đơn độc bởi vì cha mẹ của bà đã làm cho nó quá tệ.

Gretel không thể chấp nhận câu chuyện buồn bã của bà phù thủy nên đã phản đối: “Cháu sẽ không có một câu chuyện nhiều tập ủy mị như thế, thưa bà. Và cho dù có một câu chuyện tuổi thơ như vậy cháu cũng sẽ không để nó hủy hoại cuộc đời mình. Bà không thể chọn lựa cha mẹ hay tuổi thơ nhưng bà có thể định đoạt hiện tại và tương lai của mình”.

Bà phù thủy sững sốt trước sự dũng cảm của cô bé Gretel. Bà nói với Gretel trong nhiều giờ về việc làm thế nào để có những quyết định tích cực trong cuộc sống. Còn Gretel nói với bà phù thủy rằng sự

cay đắng, đau khổ chỉ làm tổn thương bà mà thôi và vấn đề chính là bà không có ai thật sự là người để bà trút giận. Bà phù thủy đã giữ chặt sự hận thù trong lòng hơn một thế kỷ qua. Cuối cùng, bà quyết định kiểm tra lại những xúc cảm của mình. Gretel đưa cho bà phù thủy một vài thực đơn giảm béo và chỉ bà cách kềm chế sự ưa thích đồ ngọt của mình với những chỉ định ăn kiêng có lợi cho sức khỏe. Đổi lấy sự tốt bụng của Gretel, bà phù thủy đã phóng thích Hansel và Gretel. Bà còn đưa cho Gretel một số công thức nấu ăn để làm.

Với sự giúp đỡ của bà Bruja, Hansel và Gretel thu xếp hành lý cá nhân và một số thanh sôcôla mà bà phù thủy đưa cho chúng dùng trong chuyến hành trình. Trèo lên cây chổi của bà Bruja, họ bay lên thực hiện một chuyến du hành trong không trung khắp vùng quê. Bà phù thủy giúp bọn trẻ định hướng ngôi nhà của mình và đáp xuống một khoảng đất trống gần đấy. Sau những lời từ biệt buồn, Hansel và Gretel đi về nhà.

Cha của Hansel và Gretel nhìn thấy bọn trẻ đang về gần đến nhà nên đã chạy ra đón chúng bằng vòng tay dang rộng. Trong thời gian bọn trẻ đi vắng, ông không ngủ được chút nào và đã trải qua nhiều đêm thương nhớ ngồi đờ gọt những bức tượng nhỏ. Một công ty địa phương đã chú ý đến nghệ thuật chạm, khắc đó nên đề nghị mua lại những món hàng làm bằng tay này như những vật trang trí trên bãi cỏ cho khách du lịch. Những mẫu trang trí đó đang trở thành phong trào và người tiêu phu nhanh chóng lấy lại sự thịnh vượng cho gia đình.

Belinda hờn dỗi trước sự trở về của bọn trẻ nhưng rất vui lòng cho phép Gretel tiếp tục công việc nấu ăn lật vật trong nhà. Sau khi Gretel chuẩn bị một trong những thực đơn đặc biệt của bà phù thủy thì Belinda biến mất một cách bí ẩn. Những người hàng xóm cho rằng bà ta đã bỏ trốn với người đàn ông bán sữa.

Ghi nhớ:

**Hãy tập đối mặt với những vấn đề cần giải quyết để củng cố sự độc lập của bản thân!**



## NGƯỜI KHỔNG LỒ TRÊN SÔNG

Chú dê đực Billy là thành viên nhỏ nhất của gia đình Gruff. Cậu giống như một con ngựa bất kham coi thường những uy quyền.

Một ngày nọ, cậu quyết định đi qua cây cầu dẫn đến Louis Pasture để tìm kiếm cho được một số cái hộp nhôm đầy hương vị. Niềm đam mê những sản phẩm tái chế đã làm cho cánh đồng của chú bị bỏ hoang cần cỗi, khô khan. Vì thế, cậu cho rằng chắc hẳn bên kia sông là một cánh đồng cỏ cần cỗi hơn.

Billy biết rằng có một cái quán trên cầu nhưng cậu không có cho dù chỉ là một ít tiền lẻ để trả lệ phí qua cầu. Cậu đã ăn cách đây 15 phút để có thể chờ đến bữa ăn chiều. Cậu không định đi bởi vì cậu không mua được vé của người khổng lồ để qua cây cầu bằng con đường nhanh nhất.

Cuối cùng không còn sự lựa chọn nào khác, Billy quyết định thử lên qua cây cầu mà không làm náo động đến người khổng lồ. Thật ngạc nhiên, người khổng lồ canh gác cây cầu không phải là người độc ác, xấu xa. Ông đã từng là người làm ra những món đồ chơi đầy sáng tạo mang đến niềm vui tuyệt vời cho trẻ em trong làng. Thậm chí ông ấy còn tạo ra khuôn mẫu những con búp bê khổng lồ xấu xí. Tóc của những con búp bê được bắt chước theo kiểu tóc rậm rạp, rối bù của ông. Thật không may, ý tưởng về con búp bê khổng lồ đã bị một công ty búp bê lớn đánh cắp trước khi ông có cơ hội thu lợi từ nó. Những con búp bê có mặt khắp vùng nhưng người khổng lồ thì chưa bao giờ thấy được xu nào từ sự thành công đó. Người khổng lồ cố gắng kiện công ty búp bê ra tòa nhưng nhiều năm kiện tụng thất bại đã khiến ông cảm thấy cay đắng, chua xót. Ông tập trung vào ý muốn trả thù đến nỗi ông đã đánh mất đi niềm vui và cảm xúc sáng tạo khi hoàn thành một sản phẩm như trước đây. Người khổng lồ dựng một cái lều trên cây cầu bởi vì ông cảm thấy thế giới này đã nợ mình một cái gì đó.

Chú dê Billy rón rén đi qua cây cầu hết sức nhẹ nhàng theo khả năng có thể. Nhưng tiếng guốc gõ lọc cọc đã làm lộ chân tướng của chú. Nghe được tiếng động ở bên trên, người khổng lồ nổi lên khỏi lớp bùn đặc và lớp phù sa ở con sông trước nhà. Một giọng nói trầm bổng cho biết sự hiện diện của mình: “Hãy trả lệ phí qua cầu cho người khổng lồ”.

Chú dê Billy phản đối một cách thận trọng, mắt nhìn chăm chăm vào những cái răng to lớn của người khổng lồ: “Cháu không có tiền”.

Người khổng lồ quát: “Hoặc là ngươi trả lệ phí qua cầu cho ta hoặc là ta sẽ nướng chín ngươi”. Billy hốt hoảng, sợ hãi trước lời đe dọa của người khổng lồ đến nỗi nôn thốc ra thức ăn của bữa ăn trưa cách đây 15 phút, sau đó chạy thẳng qua cầu một cách an toàn.

Không lâu sau đó, chị của Billy, cô Billie, cũng đi đến cây cầu. Cô ấy thường đội cái mũ nồi màu đen, mang cặp kính đen cùng với chòm râu tự nhiên. Sự xuất hiện của cô còn khiến người khổng lồ bức mình hơn vì tiếng động của đôi guốc thời trang của cô. Già dặn hơn và một chút khôn ngoan hơn cậu em trai, Billie không để cho những lời nguyên rủa chua cay của người khổng lồ làm tổn thương bản thân. Khi đã đến bãi cỏ an toàn, Billie gọi người khổng lồ lại: “Hãy chờ anh trai tôi đến đã”.

Cuối cùng, anh trai Billy Jr. đến. Cậu là người con lớn nhất của gia đình dê Gruff và cậu được đặt theo tên cha, William. Billy Jr. cảm thấy hơi sợ khi đối mặt với người khổng lồ nhưng cậu biết sự can đảm thật sự chính là dám đối mặt với nỗi sợ hãi của mình. Vì thế, Billy Jr. ngẩng cao đầu tiến đến cây cầu.

Một lời nói hần học vang lên: “Trả lệ phí qua cầu, nếu không ta sẽ ăn thịt ngươi”.

Billy Jr. dừng lại trong khu vực bãi cỏ để không bị người khổng lồ tóm lấy. Cậu hỏi lại: “Vậy sự lựa chọn thứ ba của tôi là gì?”.

Câu hỏi khiến cho người khổng lồ bối rối một tí bởi vì hầu hết các con vật chưa bao giờ nghĩ đến việc mình có thể có sự lựa chọn khác. Người khổng lồ đáp lại: “Ta không biết. Thế ngươi muốn đưa ra đề nghị gì?”.

Billy Jr. rất giỏi trong việc đưa ra các cách giải quyết sáng tạo nên cậu chỉ phải suy nghĩ một chút. Sau đó, cậu nhớ rằng người khổng lồ đã từng là một người sản xuất đồ chơi lạnh lùng. Cho nên, cậu đề nghị: Tôi muốn nói với ông rằng nếu ông để cho gia đình tôi và tôi đi qua cây cầu này an toàn miễn phí thì chúng tôi sẽ thu nhật mỗi tuần nửa ký sắt vụn cho ông sử dụng vào những dự án sản xuất đồ chơi của mình”.

Nhưng người khổng lồ lại trả lời một cách buồn bã: “Tôi không làm đồ chơi nữa. Nó mang đến quá nhiều điều phiền nhiễu”.

Cậu Billy Jr. lại nói: “Ông cần một luật sư giỏi. Người bạn cừu của tôi đang làm việc ở Văn phòng luật sư Shearem và Fleece có thể giúp ông vượt qua những khó khăn về giấy tờ”.

Người khổng lồ thấy vui lên một chút trước những triển vọng mới của mình. Ngay lập tức ông bắt tay vào việc tạo ra cây cà khêu chạy bằng điện. Mỗi ngày khi ba anh em dê Billy đi qua cây cầu, ông đều cảm thấy thật thanh thản và yên bình. Sự hằn học, cay đắng của ông đã lắng xuống từ khi ông quyết định không nuôi giữ hận thù nữa.

Người khổng lồ không hề nhận ra rằng những hận thù trong lòng đã đè nặng lên tâm hồn mình như thế nào, làm cạn kiệt tất cả niềm vui trong cuộc sống của ông.

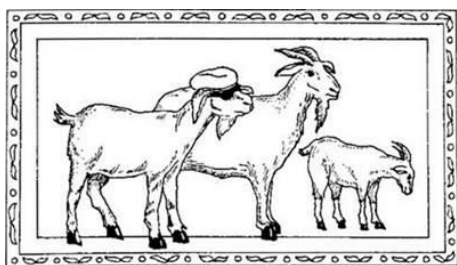
Khi cây cà khêu chạy bằng điện của ông được đưa ra thị trường, nó nhanh chóng gặt hái được thành công lớn. Tuy nhiên, với thành công đó, càng có ít con vật đi qua cây cầu của người khổng lồ bởi vì họ có thể nhảy lò cò qua nước trên những cây cà khêu điện. Cuối cùng, người khổng lồ quyết định phá hủy cây cầu của mình. Một lần nữa ông lại sản xuất đồ chơi miễn phí cho những đứa trẻ trong làng vì ông đã có được cuộc sống thoải mái, dư dả từ tiền bản quyền của vật phẩm mới nhất.

Ba anh em dê nhà Gruff được người khổng lồ đền ơn hào phóng vì những đóng góp của mình. Hai anh em dê có thể mở một quán bar đầu tiên của thị trấn. Nó được gọi là “Quán rượu trên cỏ”. Còn Billie - người luôn luôn kinh sợ công việc giữ em của mình, đã sử dụng khả năng thiết kế để tạo nên dòng chữ “That Really Gets My Goat” của những chiếc áo len dệt bằng lông thỏ và len casomia.

Tất cả những con dê đã học được một bài học quý giá qua việc người khổng lồ đã tự giải thoát mình ra khỏi hoàn cảnh bức bối, khó chịu. Đó là: “Sự hận thù, đố kỵ có thể là chất bùn nhơ vùi lấp niềm vui của mình”.

Ghi nhớ:

**Hãy tập từ bỏ sự hằn học, cay đắng bằng cách không nuôi dưỡng những đố kỵ là bước quan trọng để duy trì sự thanh thản trong tâm hồn!**





## CHÚ VỊT CON THIẾU TỰ TIN

Sau một thời gian ấp trứng khá dài, Vịt mẹ vươn vai, chăm sóc thật kỹ những chú vịt con mới nở. Hiện lên trong ánh mắt tha thiết của bà vịt là sự hãnh diện về ba cô con gái thật xinh và ba cậu con trai với vẻ ngoài mạnh mẽ giống cha. Nhưng Vịt mẹ phát hiện gần đây có một cái trứng thật to màu xám. Bà cho rằng nó đã lăn ra khỏi cái tổ của mình. Bà biết rằng ngay cả trứng của ngỗng và gà cũng thường bị thất lạc như thế. Thật nhanh nhẹn, bà ngồi lên cái trứng. Sau đó, bà tiếp tục giảng cho những cô cậu vịt con về các điểm tốt của dáng đi lạch bạch. May mắn thay, do bàn chân của chúng hướng vào trong nên không cần những đôi giày để hiệu chỉnh.

Ba ngày sau, cái trứng loại AAA nở và hiện ra một trái cầu lông thật to màu nâu nâu. Mẹ vịt đặt tên cho sinh vật rụt rè, nhút nhát này là Samantha. Nhưng dường như mọi người thường gọi cô bé là “Vịt con xấu xí”.

Samantha rất nhút nhát và rụt rè. Vì thế, cô bé làm mọi thứ có thể để không quan tâm nhiều đến bản thân. Cô bé đã co rúm lại khi một trong những anh trai gọi mình là “Vịt con xấu xí” ngay trước cửa nhà người hàng xóm. Vịt mẹ cố gắng bảo vệ lòng tự ái của Samantha nhưng không hiệu quả.

Khi Samantha ở vào lứa tuổi thanh thiếu niên, cô phải lòng trong tuyệt vọng một con vịt trời được mọi người yêu thích. Anh ta có tên là Francis Drake. Thậm chí anh ta cũng không biết đến sự tồn tại của cô. Điều này không có gì ngạc nhiên lắm vì Samantha luôn lẩn vào đám đông. Cô luôn cúi đầu và vai xuống để che giấu đường viền trên cổ. Francis chắc hẳn là người có thể hiểu được nỗi đau buồn của Samantha bởi vì anh đã từng đối mặt với những lời chế giễu đầy ác ý của những chú vịt khác về tên gọi của anh. Tuy nhiên, Francis học được rằng đừng để những lời bình luận đó làm tổn thương bản thân, thậm chí còn phải cùng các bạn cười nhạo cái tên của mình. Những điều này đã tạo cho anh một nội tâm mạnh mẽ.

Thật đáng buồn, Francis đã không sống sót qua được mùa săn vịt năm đó. Các bạn của anh đã nhìn thấy người thợ săn nên cảnh báo với Francis. Nhưng khi chỉ có một chú vịt kêu thét lên thì không ai thật sự chú ý đến.

Quá đau lòng nên Samantha quyết định rời bỏ ao nước để tìm con đường cho riêng mình.

Khi rời bỏ gia đình ra đi, cô tiếp tục nghe những lời bình luận tiêu cực về diện mạo xấu xí của mình đang lặp đi lặp lại trong đầu. Trong chuyến hành trình, Samantha gặp một đàn ngỗng. Một chú ngỗng thanh lịch có tên là Liv R. Pate nói với Samantha bằng cái giọng Pháp thật nặng rằng cả đàn đang di trú đến Riviera tránh đông và rất vui mừng chào đón Samantha gia nhập với đàn. Cô đáp lời bằng cái giọng đều đều rằng bề ngoài của mình gớm ghiếc làm sao nên không muốn sự thương hại của họ. Cả đàn ngỗng cảm thấy quá mệt mỏi với những lời than vãn của Samantha nên đã xếp hình chữ V bay đi mất.

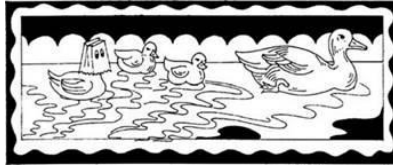
Khi mùa đông đến, Samantha di chuyển đến phương Nam theo bản năng. Trên đường đi, cô phát hiện một Hồ Thiên Nga nước trong xanh, xinh đẹp nên đã đáp xuống để ngắm nhìn. Cô lấy làm ngạc nhiên khi bắt gặp những con chim thanh lịch, xinh đẹp nhất mà cô mới lần đầu nhìn thấy trong cuộc đời mình. Sự tò mò lớn hơn nỗi sợ hãi nên cô đã bơi nhẹ nhàng đến chỗ bảy con thiên nga đang tắm. Chúng cười khúc khích khi Samantha đưa ra lời xin lỗi đã được lặp lại nhiều lần về vẻ bề ngoài của mình.

Khi Samantha cúi đầu, hạ vai xuống theo thói quen thì làn nước trong xanh của Hồ Thiên Nga đã phản chiếu cho cô thấy lần đầu tiên hình ảnh thực của bản thân. Cô vươn thẳng vai, ngẩng cao đầu và nhìn chăm chú vào cái cổ thanh lịch của mình. Thật đáng tiếc, Samantha đã chịu đựng những lời bình phẩm tiêu cực trong nhiều năm liền từ gia đình theo hình dáng tiêu chuẩn của một con vịt nên cô vẫn xem mình là “con vịt xấu xí”.

Những con thiên nga thuyết phục Samantha ở lại cùng với họ. Qua một khoảng thời gian yêu thương và động viên, khích lệ, họ mới có thể chỉ cho Samantha biết rằng mình không chỉ là một con thiên nga xinh đẹp ở vẻ bề ngoài mà còn xinh đẹp và đáng yêu ở bên trong tâm hồn. Lúc đó, sự nhận thức tiêu cực về bản thân của Samantha thật sự thay đổi. Cô đã có được sự tự tin và lòng tự trọng. Cô bắt đầu trau dồi những niềm đam mê mới và học hát một cách truyền cảm bài “*(Way Down upon) The Swanee River*”. Cô dành thời gian của mình cho những con thiên nga tuổi thanh thiếu niên chịu nhiều thiệt thòi để giúp chúng đối mặt với những vấn đề của lòng tự trọng tương tự như cô trước đây. Sau đó, Samantha kết hôn và sinh ra những thiên nga con xinh xắn. Cô luôn quan tâm yêu thương những đứa con của mình. Cô có sáu cô con gái và một cậu con trai - người đã tình cờ phát minh ra bữa ăn đóng gói sẵn được đông lạnh đầu tiên.

Ghi nhớ:

**Hãy tập thay đổi những suy nghĩ tiêu cực thành tích cực để nâng cao sự hài lòng về bản thân!**



## GIỮ VỮNG ƯU THẾ

Con cháu châu Gerald là một kẻ có lăm mưu mẹo, luôn ra ngoài rong chơi và không làm gì cả. Cậu ta thường xuyên ngủ cho gần đến trưa. Sau đó, cậu làm một vài cú lừa không đáng kể trước khi tìm một ít thức ăn cho buổi trưa. Gerald luôn luôn có thời gian để nhập bọn cùng đám bạn khiêu vũ trên đồng cỏ và thường đề nghị pha chế món nước uống yêu thích từ rượu rum, kem và rượu bạc hà.

Một ngày mùa hè, châu cháu nhìn thấy một con kiến đang tha một miếng thịt rán to gấp nhiều lần cơ thể mình. Gerald nhảy vọt lên, chặn con kiến lại để bắt đầu cuộc trò chuyện.

Châu cháu duỗi dài chân ra trên cánh đồng cỏ và nói: “Khá ấn tượng đấy, anh bạn nhỏ. Cậu nên dừng việc lại”.

Kiến Antoine cầu nhàu: “Không thể dừng lại để nói chuyện. Chúng tôi phải dự trữ lương thực cho mùa đông”.

Châu cháu không quan tâm lắm đến thái độ cộc cằn của kiến. Cậu ta biết rằng gánh nặng của việc nuôi dưỡng đồ kỵ chỉ làm nặng bước nhảy của mình mà thôi. Với cú nhảy thật dài, Gerald tiếp tục tìm kiếm những niềm vui trong mùa hè của mình.

Khi những ngày cuối cùng của mùa thu đã qua. Sự ra đi của các con vật di trú báo hiệu mùa đông đang bắt đầu. Gerald kiểm tra lại số thực phẩm dự trữ của mình và nhận thấy rằng mình chỉ còn nửa lọ ôliu và cocktail hành. Trong những năm trước, Gerald đã ngủ suốt mùa đông với anh bạn đế J.C. J.C không phải là loại tệ lắm nhưng cậu ta có khuynh hướng áp đặt những nguyên tắc xử thế của mình đối với châu cháu. Tuy nhiên, J.C đã ra đi đến Hollywood để tìm kiếm vận may cho mình trong nền công nghiệp phim hoạt hình.

Những cơn gió thổi ngày càng lạnh hơn và Gerald cảm thấy càng tuyệt vọng khi gõ cửa nhà của những người bạn. Hầu hết bọn họ đã đi ngủ đông nên không thể nghe thấy tiếng van xin giúp đỡ của châu cháu. Thật vậy, đây là một mùa đông không toại nguyện của Gerald.

Đột nhiên, Gerald nhớ đến phần thức ăn còn thừa thơm ngon mà chú kiến cằn cù đã mang về. Nén

lại sự tự cao, kiêu hãnh, vì lúc này những cái đó không làm no bụng được, châu cháu nhảy đến tổ kiến.

Châu cháu gọi vọng xuống tổ kiến và giải thích hoàn cảnh tuyệt vọng của mình. Antoine xuất hiện ở lối vào nhà và nhìn Gerald với ánh mắt nghi ngờ. Suy nghĩ thật nhanh, Gerald bịa ra một câu chuyện hết sức chi tiết về một con bộ ngựa - kẻ mà cậu ta cho rằng rất ngoan đạo, đã đánh cắp toàn bộ phần lương thực dự trữ mùa đông của mình. Kiến không hề bị lừa phỉnh nhưng dù sao vẫn tử tế cho châu cháu thức ăn và chỗ ở. Đây thật sự là một cố gắng rất lớn đối với Antoine để vượt qua hoàn cảnh khó xử này.

Có một câu ngạn ngữ xưa nói rằng: không có gì hơn một bữa ăn chiều miễn phí. Và điều đó đã được chứng minh thành sự thật: số tiền phải trả của châu cháu có vẻ là phải nghe một bài thuyết trình không ngừng của kiến về tai họa của việc lười biếng và phần thưởng xứng đáng của sự chăm chỉ và kiên nhẫn. Tuy vậy, chuyến thăm lãnh địa kiến đã để lại ấn tượng trong châu cháu rằng đây không phải là một khu vực nhỏ. Đầu tiên, cậu được nhìn thấy Phòng Chiến Tranh. Đây là nơi mà quân đội kiến vạch chiến lược quân sự. Kế tiếp, kiến thợ mộc hãnh diện khoe phân xưởng làm việc của mình. Thậm chí Gerald còn được chấp thuận yết kiến Nữ hoàng.

Thật ngạc nhiên, khi cố gắng giới thiệu châu cháu với gia đình của mình thì Antoine lại nói vấp vấp tên ba đứa con gái, Beth, Lana và Sarah. Vợ kiến, cô Jean Louise chớp mắt thật buồn và đi nhẹ nhàng vào nhà bếp.

Sau đó, kiến giải thích với châu cháu rằng mình rất yêu gia đình nhưng không thể dành nhiều thời gian cho họ được. Antoine tin rằng bổn phận của người trụ cột gia đình là cung cấp nguồn thực phẩm cho cả nhà và những con gái của mình khi lớn lên sẽ hiểu được thái độ lơ đãng của cha dành cho chúng.

Suy nghĩ về những gì kiến đã nói và gia đình anh ấy có vẻ không hạnh phúc, châu cháu nhìn chăm chăm vào đồng thực phẩm khổng lồ mà Antoine thu thập được. Chắc hẳn nó dễ dàng nuôi sống gia đình kiến trong nhiều đời nữa. Gerald biết một điều mà anh có thể mang đến cho kiến và gia đình kiến là khoảng thời gian vui vẻ. Vì thế, anh đã mời gia đình kiến cùng ngồi lại xung quanh trong khi anh vỗ hai chân sau vào nhau để trình diễn một điệu nhạc du dương tuyệt hay. Những đứa trẻ nhảy múa, ca hát và mọi người trong gia đình đã có những giây phút vui vẻ hơn trước rất nhiều.

Thời gian trôi qua, châu cháu và kiến đã hiểu nhau nhiều hơn. Cả hai đã học được một vài bài học quý giá từ nhau. Gerald học cách xác định mục tiêu, vạch kế hoạch và làm việc chăm chỉ sẽ thu về những phần thưởng xứng đáng. Anh nhận ra rằng âm nhạc của mình mang đến cho mình niềm vui thật sự trong cuộc sống. Vì thế, anh tập luyện và tập luyện cho đến khi được chấp nhận là người chỉ huy dàn violin đầu tiên trong New York Field Harmonic.

Còn người bạn mới của Gerald, Antoine, học cách yêu quý gia đình của mình hơn. Anh phát hiện ra rằng mọi người thích khoảng thời gian mà anh dành cho gia đình hơn là có một ngôi nhà và khối lượng thực phẩm khổng lồ mà thiếu vắng người cha, người chồng. Antoine bắt đầu vạch kế hoạch những buổi picnic cuối tuần cho cả gia đình. Anh dạy các con gái nhiều điều mới mẻ trong cuộc sống. Antoine biết giao một số công việc giấy tờ hàng ngày cho những hướng đạo sinh mới huấn luyện vì cuối cùng anh nhận ra rằng niềm vui thực sự của mình là giảng dạy. Anh luôn luôn yêu thích những chiến lược phức tạp khi hoạch định nhiệm vụ hướng đạo nhưng rất ghét việc đi bộ nhiều giờ liền vì cái lưng của anh không khỏe. Bạn biết không, anh là một trong những người có niềm tin rất lớn về sức mạnh của bản thân.

Ghi nhớ:

**Hãy tập giữ vững ưu thế của mình sẽ mang đến cho bạn một cảm giác tự tin!**



## THOÁT KHỎI CÁI CHẢO RÁN

Gà con Little tìm được chỗ ẩn nấp tránh cái nắng chói chang của mặt trời dưới tán cây sồi rộng lớn. Ngay khi cô thiêu ngủ và bắt đầu mơ về một nụ hôn của Cordon Bleu - chàng người yêu người Pháp trong tưởng tượng của mình, thì đầu cô bị một quả dầu đập phải. Không giống như Issac Newton, khi bị một quả táo rơi trúng đầu ông đã được truyền cảm hứng để phát minh ra định luật vạn vật hấp dẫn lưu danh đến tận hôm nay. Còn gà con Little cũng chỉ là một gà con không hơn không kém nên ngay lập tức cô cảm thấy hốt hoảng. Cô cho rằng đó là sự việc tồi tệ nhất nên đã chạy trốn để cảnh báo trước với bạn bè rằng bầu trời sắp sập.

Đầu tiên, cô xông vào nhà của gà tây Lurkey nhưng vì bây giờ là khoảng thời gian gần cuối tháng 11 nên Lurkey đã đặt vật cản phòng thủ thật chắc chắn phía sau cửa. Gà con Little la thật to với chú ấy rằng bầu trời đang sập nhưng gà tây Lurkey không trả lời. Chú ấy đang lo sợ sự tấn công bất ngờ của những người béo mập. Chú không muốn kết thúc cuộc đời trong trạng thái bị nhồi chặt với bánh mì bắp giống như anh bạn David của mình. Hình ảnh cái nhiệt kế của lò nướng đang vận hành còn kinh khủng hơn những gì Lurkey có thể chịu đựng được.

Kế tiếp, gà con Little chạy đến ao nước của ngỗng Loosey. Ngỗng Loosey không chút hoảng sợ vì cô biết rằng gà con Little có khuynh hướng phản ứng quá mạnh mẽ với những khó khăn. Gà con Little tiếp tục nói về ngày tận thế, nhắc nhở Loosey về tất cả những va chạm trên không trung có thể trở thành mảnh vỡ rơi xuống bất cứ lúc nào. Cuối cùng, Loosey ngắt lời gà con Little đủ để giải thích rằng hôm nay mình không thể nào cùng tham gia vào hoạt động cảnh báo tai họa cho vùng quê này. Các bạn ngỗng đang làm những bức áp phích quảng cáo cho cuộc vận động “Down with down” của cô. Ngỗng Loosey đang cùng bạn bè thuyết phục các nhà máy sản xuất gỏi ở địa phương chuyển việc sử dụng nguyên liệu lông ngỗng sang loại bông nhân tạo khác.

Không nản lòng, gà con Little băng qua đường sang bên kia - nơi cáo Loxey sinh sống. Cáo Loxey cười tự mãn khi nghe gà con Little kêu khóc: “Bầu trời sắp sập! Bầu trời sắp sập!”. Loxey liên tục dày vò những nỗi sợ hãi vô lý của gà Little và đã thành công trong việc bán những hợp đồng bảo hiểm. Cô ta thổi phồng rằng những hợp đồng đó bảo hiểm cả những tai nạn hỏa hoạn, động đất, cắt tóc hù, sự trôi giạt của các lục địa và bị chó điên Dingo tấn công. Thậm chí Loxey còn thuyết phục

gà Little mua bảo hiểm cho các con rằng: “Rốt cuộc thì điều gì sẽ đến trước, gà con hay những cái trứng?”.

Thật không may, gà Little đến chỗ cáo Loxey vào khoảng trưa và Loxey vẫn chưa ăn gì. Cáo Loxey lôi cái chảo rán bằng sắt ra và đặt lên bếp. Gà Little cố gắng tiếp tục câu chuyện về cái chết sắp xảy ra của trái đất nhưng cái chảo rán làm cô sợ chết khiếp. Loxey nói đùa về hợp đồng bảo hiểm đặc biệt về “bầu trời sắp sập” của mình để làm rối trí gà Little. Nhưng khi Loxey chạy vụt qua và nói đến “căng gà quay” thay vì từ “có thể khấu trừ” thì lông gà Little xù lên. Trong đầu của cáo lóe lên ý nghĩ về món gà đặc biệt của ngày hôm nay.

Gà Little tỉnh ra và nhận thấy rằng nếu hoảng sợ và đánh mất sự bình tĩnh thì mình có thể bị mất đầu. Cho nên, gà Little hít một hơi thật sâu, cố gắng lấy lại sự bình tĩnh để nghĩ ra các khả năng tẩu thoát. Các cửa ra đã bị chặn lại. Gà Little biết mình không thể khuất phục được cáo. Cơ hội duy nhất của cô là phải láu cá hơn Loxey. Nhưng Loxey không phải là kẻ ngu dốt.

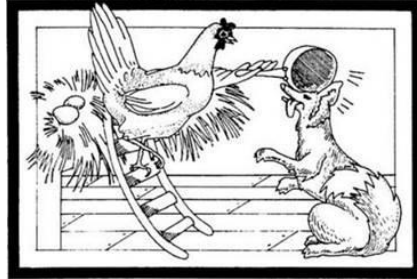
Gà Little nói với cáo rằng mình có một bí quyết gia truyền nấu món nước sốt tuyệt ngon. Cáo Loxey vênh tai lên nghe trong khi gà Little đọc một mạch các thành phần nguyên liệu. Khi Loxey thò đầu vào chạn thức ăn để lấy túi bột mì ra thì gà Chicken với tay lấy cái chảo rán bằng sắt. Đập nhẹ lên đầu một cái khiến cáo Loxey bất tỉnh, đủ thời gian để gà Little tẩu thoát.

Gà Little cảm thấy mạnh mẽ hơn khi vượt qua được cái chết và bắt đầu xem những khó khăn trong cuộc sống hàng ngày như một cơ hội để tìm ra các giải pháp sáng tạo. Cô không còn vội vàng đưa ra kết luận cũng như không mong chờ những kết quả tồi tệ nhất có thể xảy ra. Cô cũng trở nên chủ động hơn trong việc tạo ra những thay đổi tích cực cho cuộc đời mình thay vì chờ đợi nó xảy ra. Cô gia nhập cuộc vận động của ngỗng Loosey. Sau đó, cô bắt đầu thành lập nhóm hoạt động xã hội của mình để “Giải phóng Gà”. Cô đã thành công trong việc đưa ra đạo luật nghiêm cấm giam giữ gà nếu con gà đó không có tội. Tự truyện của cô, quyển “Thoát khỏi cái chảo rán”, đã trở thành nguồn cảm hứng đối với gia cầm ở mọi nơi. Sau này, gà Little đã đối mặt với một số thử thách cam go trong cuộc sống, nhưng cô đã giải quyết chúng rất tốt, vì cô biết rằng nó không phải là ngày tận cùng của thế giới này.

Ghi nhớ:



**Hãy tập giải quyết vấn đề bằng những cách linh hoạt và mềm dẻo sẽ đảm bảo giữ vững sự kiêu hãnh của bản thân!**



## JACK, NGƯỜI LEO LÊN CÂY ĐẬU

Jack sống với mẹ trong một ngôi nhà tranh nhỏ bé. Mặc dù mẹ cậu, bà Camille, làm việc rất chăm chỉ nhưng Jack lại dành phần nhiều thời gian của mình nằm dài trên ghế trường kỷ để xem hài kịch. Cậu chỉ giả vờ lắng nghe trong khi mẹ cố gắng nhắc nhở cậu việc thu hoạch cánh đồng bắp nhỏ bé của gia đình. Cậu trả lời “con sẽ làm việc đó vào ngày mai” của cậu đã kéo dài nhiều tuần cho đến khi thân bắp bị mục nát, thối rữa.

Khi hóa đơn được gửi đến và không còn tiền để thanh toán thì cuối cùng sở thích xem truyền hình của Jack đã bị khuấy động. Con bò thu lợi duy nhất của gia đình Benimble là con cuối cùng còn lại của đàn bò. Nó có tên là Bossy và là con vật cung cấp tất cả sữa và bơ cho gia đình họ. Nhận ra được giá trị kinh tế của Bossy, Jack quyết định bán con bò này ở chợ thị trấn mà không hề nghĩ đến nhu cầu bơ sữa của gia đình trong tương lai.

Trên đường đến chợ, Jack gặp một người mặc bộ comple màu xanh bóng có một vẻ ngoài không đáng tin lắm. Người đàn ông đó có tên là Jojo Lugo. Anh ta cố gắng lôi kéo sự quan tâm của

Jack vào các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tận nhà của mình. Nhưng khi Jack thanh minh về tình trạng tài chính tồi tệ của mình thì Jojo dừng ngay lại việc mời chào. Jack giải thích với Jojo rằng hầu hết thu nhập của mình đều dành để mua sắm ở Home Shopping Channel (thậm chí cậu ta còn đề nghị đưa cho Jojo xem cái đèn flash hoạt động bằng năng lượng mặt trời vừa mới mua). Jack còn khoắc lác rằng mình đang mong chờ thu về một khoản lợi nhuận rất lớn từ cây cầu ở Brooklyn mà cậu đã mua cách đây một vài năm.

Jojo nhanh chóng đề nghị Jack “cơ hội duy nhất” để mua “những hạt đậu đặc biệt đã được khử trùng dưới tia gama ngắn”. Jojo đưa ra một túi đầy “những hạt đậu thần kỳ” được giảm giá bằng một con bò. Jack luôn mong chờ một kế hoạch làm giàu nhanh chóng và điều gợi ý trên có vẻ hoàn toàn thích hợp vì mình đã có một nông trại. Jack nhanh chóng trao bò Bossy lấy túi đậu và quay về nhà với món hàng vừa tậu được.

Mẹ Jack tức giận trước hành động nông nổi của con trai. Bà Camille rút túi đậu của Jack ra ngoài

của sổ trong sự tức giận, hên tục nhắc đi nhắc lại câu nói “phải suy nghĩ cẩn thận trước khi hành động”. Trong khi đó, Jack nín lặng và nhìn chăm chăm vào không trung.

Khu vườn khiêm tốn của gia đình Benimble luôn bị cỏ dại mọc đầy. Thế nhưng sáng hôm sau Jack hết sức sững sờ khi nhìn thấy một cây đậu mọc thẳng lên trời xuyên qua những đám mây. Thông thường, Jack rất sợ thử những điều mới mẻ nhưng thực tế khẳng định rằng sẽ không có gì thay đổi trong cuộc sông buồn thảm của mình nếu cậu không mạo hiểm. Jack Benimble vẫn còn khá nhanh nhẹn nên cậu không mất quá nhiều thời gian để trèo lên cây đậu cao chót vót đó.

Khi đến ngọn cây đậu, Jack quan sát thật kỹ qua những đám mây và thật sự kinh ngạc khi nhìn thấy một tòa lâu đài rất lớn cách đó không xa. Một lần nữa, cậu lại đối mặt với sự sợ hãi. Sau khi kiểm tra lại khoảng cách bên dưới, cậu thấy an tâm vì mình không thể nào ngã xuống dưới xuyên qua đám mây dày này.

Khi Jack đến gần những cánh cửa khổng lồ của tòa lâu đài, rõ ràng là cậu không bao giờ dám chạm đến cái vòng sắt cánh cửa to lớn đó. Mặc dù là người khá tội dạ nhưng Jack cũng nhanh chóng nhận ra rằng người ở trong tòa lâu đài này chắc hẳn phải mua hàng ở Cửa hàng bán y phục dành cho người khổng lồ. Khi Jack quay người bỏ chạy thì cánh cửa nặng nề bật mở và một con mèo Calico to gấp mấy lần cậu khệnh khạng đi ra. Jack nhanh chóng quyết định mình nên vào bên trong để tránh con mèo khổng lồ này. Vì thế, cậu đã lách mình vào qua cánh cửa mở.

Ở bên trong, Jack nhìn thấy người chủ nhân to lớn của tòa lâu đài. Ông ta đã đi qua bên kia căn phòng khách có kích cỡ lớn bằng một sân bóng đá và ngồi xuống một cái ghế bành. Người khổng lồ có tên là Rodney. Ông ta lấy ra một cái đàn hạc bằng vàng và bắt đầu nói bằng cái giọng âm vang: “Fee, Fi, Fo, Fum, tao ngửi thấy mùi máu của một tên người Anh”. Thật kinh ngạc, cái đàn hạc bắt đầu hát lại giống hệt. Rodney có một cái giá vẽ đặt trong căn phòng riêng với một chiếc thuyền buồm to bằng kích cỡ thật đã được tô màu thô. Rõ ràng là người khổng lồ đó có nhiều sở thích khác so với những trò tiêu khiển đặc trưng của người khổng lồ là cướp phá những ngôi làng nhỏ bé, giẫm đạp lên người dân và nghiền thịt trẻ em để làm bánh mì. Jack quan sát một con ngỗng có kích cỡ bình thường đi lạch bạch đến chỗ người khổng lồ. Rodney đặt con ngỗng gọn trong lòng bàn tay của mình, mỉm cười khi cô ngỗng kêu to, đẻ ra một quả trứng bằng vàng 24k. Người khổng lồ vỗ nhẹ vào con ngỗng để khen ngợi.

Jack cho rằng vì cuộc đời luôn đối xử tệ với mình nên cậu sẽ làm cho nó trở nên công bằng hơn một

chút bằng cách đánh cắp cái đàn hạc và con ngỗng đẻ trứng vàng của người khổng lồ. Chờ Rodney ngủ thiếp đi trên cái ghế kéo theo tiếng ngáy rất to, Jack cố gắng hết sức di chuyển cái đàn hạc nhưng nó vẫn không nhúc nhích. Từ bỏ việc đánh cắp cái đàn hạc, cậu vô lấy con ngỗng làm nó kêu ầm lên thật khủng khiếp giống như âm thanh của vụ kẹt xe lúc 5 giờ. Người khổng lồ cựa quậy, tóm được Jack lên trước khi cậu tẩu thoát.

Jack van xin người khổng lồ đừng ăn thịt mình và nhanh chóng làm mềm lòng ông ta bằng câu chuyện về sự nghèo khổ ở trang trại. Rodney mỉm cười và bảo đảm với Jack rằng tất cả “những người có sự phát triển về vóc người” không phải đều có khuynh hướng tàn phá, hủy diệt. Người khổng lồ cũng tha thứ hành vi ăn trộm của Jack và nói rằng: “Cuộc đời của hầu hết mọi người đều trở nên nhỏ bé, thậm chí khi nuôi dưỡng sự hận thù, đố kỵ”.

Thậm chí Rodney còn đề nghị giúp đỡ trang trại của Jack bằng cách tổ chức một cuộc gặp gỡ với người em trai vui nhộn của ông. Anh ta đã rất thành công trong việc kinh doanh rau cải đông lạnh. Qua việc chứng kiến toàn bộ hoạt động này, Jack bắt đầu tổ chức và thành công hoạt động kinh doanh rau đông lạnh cho riêng mình, giúp đỡ những người hàng xóm bảo quản số lượng cây trồng được thu hoạch. Jack nhận thấy rằng khi chuyên tâm hơn ngay từ hôm nay đối với những việc mà mình luôn trì hoãn “vào ngày mai” có nghĩa là mình càng tôn trọng bản thân hơn.

Mẹ của Jack không còn than phiền quá nhiều, không còn luôn mồm nói về những khó khăn của bản thân. Những phát triển của Jack hướng đến sự độc lập, tự chủ đã giúp bà đối mặt với vấn đề của bản thân. Và lần đầu tiên trong cuộc đời bà cảm thấy một suối nguồn tự do hoàn toàn mới mẻ đang dâng tràn. Cuối cùng, thành viên Bossy duy nhất của gia đình Benimble vừa mới được mua lại.

Ghi nhớ:

**Thiết lập mục đích là một bước quan trọng để chăm sóc bản thân cho tốt!**



## CÔ GÀ BẠN RỘN

Có lẽ bạn đã nghe câu chuyện về cô gà mái đỏ và hạt lúa mì vì cô ấy đã kể về nó mọi lúc trong các buổi tiệc. Tuy nhiên, nếu bạn không thể tham gia các buổi họp mặt thân mật trong giới gia cầm đó thì tôi sẽ cung cấp ngắn gọn nội dung như sau:

Một ngày nọ, cô gà mái đỏ quyết định sẽ trồng một ít lúa mì. Cô đã đề nghị sự giúp đỡ của những người hàng xóm: mèo, chó và vịt. Cô mèo trả lời rằng mình không thể giúp được vì cổ họng bị vướng lông. Còn chú chó thì khẳng định rằng đó là ngày hội đi săn thường niên và chú không muốn bỏ lỡ cơ hội béo bở này. Thậm chí cô bạn vịt thân thiết cũng từ chối bởi vì cô muốn đi vòng quanh để nhìn xem cô cháu gái đang tập đi những bước lạch bạch đầu tiên. Cô gà mái đỏ cố mỉm cười và nói với những người hàng xóm rằng: “Tốt thôi. Không vấn đề gì cả” nhưng trong lòng cảm thấy không vui.

Khi đến thời điểm thu hoạch lúa mì, một lần nữa, gà mái đỏ lại gọi những người bạn thân thiết và một lần nữa, từng người một lại bận những việc cấp thiết hơn. Lần này, gà mái đỏ giấu sự giận dữ và thất vọng trong lòng, thề sẽ không bao giờ trả lời các cuộc điện thoại của họ sắp tới.

Gà mái đỏ lại cho những người bạn của mình một cơ hội cuối cùng khi đến thời gian xay lúa mì và nướng bánh mì. Nhưng tất cả bọn họ vẫn từ chối giúp đỡ cô. Cô tự mình nướng bánh mì và đặt bánh trên bậu cửa sổ để nguội dần. Hương thơm đặc biệt của bánh mì vừa mới nướng nhẹ lan khắp thị trấn. Và không bao lâu thì mèo, chó, vịt đã xuất hiện ở ngưỡng cửa như một cuộc thăm viếng bất ngờ.

Lúc này, gà mái đỏ nổi giận đùng đùng, hét lên: “Tôi không thể tin là các bạn lại trơ tráo mong chờ món bánh mì này sau khi đã bỏ rơi tôi vào những lúc tôi cần các bạn”. Những người bạn của cô hét sức sừng sốt. Họ rồi rít xin lỗi gà mái đỏ, nói rằng họ không biết sự giúp đỡ của mình có ý nghĩa quan trọng đối với cô đến thế.

Gà mái đỏ khóc nức nở, thừa nhận với các bạn rằng sự giận dữ trên chỉ nhằm che giấu cảm giác bị tổn thương, cô cảm thấy như thể mình đang bị bỏ rơi. Cô hứa là sắp tới sẽ trung thực hơn với cảm xúc của mình.

Do sự kiêu hãnh, cô gà mái đỏ thường không bao giờ nói lời từ chối. Thật không may, điều này dẫn đến việc cô ấy bị chỉ định nhiều chức danh: thành viên của Hội phụ huynh, Quỹ từ thiện dành cho những gia đình bất hạnh, Hội những gia cầm độc thân và là thư ký của Hội HENSA vì cô là “cô gà mái sáng chói giữ vị trí cao trong xã hội”.

Cô gà mái đỏ nhận ra mình đã quá căng thẳng trong công việc đến nỗi cô chưa bao giờ có thời gian cho những việc giản đơn thường ưa thích như việc nướng bánh. Cuối cùng, sau một ngày mệt mỏi với công việc giữ hộ trứng cho người chị tiếp theo sau tám buổi họp, cô đã ngã quỵ trong tình trạng kiệt sức.

Khi gà mái đỏ tỉnh dậy, cô thấy mình đang ở trên giường bệnh, xung quanh là những người bạn: mèo, chó và vịt. Mèo đưa cho cô một con chuột bằng pha lê xinh đẹp. Chó thì tặng cô món bắp ngọt thơm ngon mà cô ưa thích. Còn vịt mang đến cho cô rượu sâm banh. Nhưng món quà tuyệt vời nhất mà những người bạn chia sẻ với gà mái đỏ là bí quyết để nói lời từ chối. Qua nhiều năm sau đó, họ đã dạy cô cách chăm sóc tốt bản thân qua việc từ chối lời mời một cách lịch sự khi cần thiết.

Cuối cùng thì gà mái đỏ đã có thể thư giãn và thậm chí thể hiện sự vui sướng về những bình yên, thanh thản vừa tìm thấy được.

Ghi nhớ:

**Hãy tập nói lời từ chối khi bạn muốn thể hiện sự tôn trọng bản thân mình!**

## TRĂM PHƯƠNG NGHÌN KẾ

Đọc được tin quảng cáo đăng trên báo: “Cần tìm một nhân viên - Có nhiệm vụ trông coi một nhóm cừu lớn”, Jeff được thuê ngay lập tức. Ngày đầu tiên đi làm, cậu được hướng dẫn đi lên đồi cỏ để gặp đàn cừu mà mình phải trông nom. Jeff chưa thật sự chuẩn bị cho công việc chăn cừu của mình vì những lúc cố gắng đếm số lượng cừu cậu lại buồn ngủ. Cậu cũng không bằng lòng lắm về cái tên riêng Mutton Jeff mà dân thị trấn đặt cho mình.

Sự hốt hoảng đầu tiên đến với Jeff khi mẹ cậu choàng cái khăn lông thú mới mang bữa ăn trưa lên đồi. Từ trên cao, Jeff cho rằng một con thú hoang đã đang tấn công vào cổ họng của mẹ nên cậu hét to: “Sói, sói”. Thật may, dân làng lại cho rằng đó là tiếng sữa của con chó nên không quan tâm lắm. Ngay cả khói từ việc đốt rác ở thị trấn cũng khiến cậu hét toáng lên: “Cháy, cháy!”.

Xu hướng dễ bị kích động của Jeff đã lan sang môi trường làm việc của cậu. Khi trời bắt đầu mưa rào, Jeff mua những chiếc áo mưa cỡ nhỏ cho toàn bộ đàn cừu vì cậu biết rằng 100% len sẽ co lại khi giặt. Khi một trong những con cừu con ăn phải cây thường xuân thì Jeff phải súc dạ dày cho nó sợ nó bị ngộ độc.

Jeff thường hay hét lên một chuỗi những cảnh báo khiến cho dân làng kinh hoàng, ví như: “Động đất”, “Những con ong giết người”, “Chỉ số trung bình Dow Jones rớt xuống”, “Quần ống loe đã lỗi thời”... Nhưng không ai trong làng quan tâm đến những lời của Jeff bởi vì họ biết cậu có xu hướng phản ứng quá mạnh mẽ. Nhiều người cũng biết đến câu chuyện cậu ta cố gắng thực hiện phương pháp cấp cứu cho người bị ngạt đối với một khách hàng của nhà hàng trong khi người đó chỉ đơn thuần bị ho.

Một tối nọ, trong khi đang quan sát bầu trời đầy sao một cách chăm chú, Jeff tin chắc rằng mình đã phát hiện được vị trí của UFO (vật thể bay lạ). Cậu không muốn nhận lấy bất cứ rủi ro nào nên vội xuống đồi để cảnh báo cho toàn thị trấn. Nhưng không ai quan tâm đến cậu vì rõ ràng một quả khí cầu đang bay lượn xung quanh khu vực sân bóng đá. Chỉ có Eric, phóng viên tờ *Rumor Mill Monthly*, bày tỏ sự quan tâm đến câu chuyện đó.

Trong khi Jeff đang ở thị trấn, chó sói đã ghé thăm đàn cừu của cậu và ăn ngấu nghiến cho đã thèm



một vài con cừu. Khi trở về, Jeff nhận ra sai lầm của mình. Helen, Jason và Jodie, ba con cừu mà anh yêu quý đã biến mất. Những chiếc áo mưa màu vàng bị nhàu nát cho thấy hành động dã man của con sói.

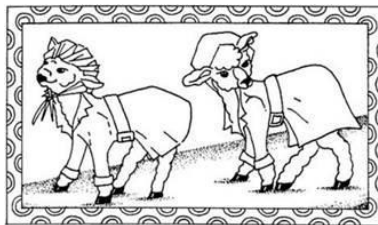
Jeff chờ đợi và chờ đợi dân làng đáp lại tiếng kêu cứu của mình nhưng không ai đến. Từ trên sườn đồi Jeff nhìn toàn cảnh về ngôi làng nhỏ bé ở dưới. Cậu quan sát kỹ và nhận thấy mình chưa đúng. Cậu đã nhìn nhận những trở ngại hàng ngày như những vấn đề không thể vượt qua được. Chính suy nghĩ này đã cô lập Jeff với những người bạn chăn cừu, Cybill và Sam. Thậm chí gia đình của cậu cũng không còn thân mật với nhau như trước vì những “sự việc khẩn cấp” của cậu. Cách nhìn mới đã khuyến khích cậu có được cách giải quyết sáng tạo đối với khó khăn thực sự của mình.

Giải phóng mình thoát khỏi gánh nặng của những khủng hoảng tưởng tượng, cuối cùng Jeff có thể tập trung vào việc chăm sóc đàn cừu. Một ngày kia, Jeff nhận thấy rằng “con cừu dư ra” mà anh đếm được chính là kẻ xâm nhập. Nhưng lần này, cậu không hề hoảng sợ. Thay vào đó, Jeff sắp đặt kế hoạch vạch trần kẻ mạo danh. Khi Jeff làm như ngẫu nhiên tung một cái đĩa nhựa vào đàn cừu thì con sói vội nhảy lên và bắt được bằng miệng, vỏ bọc của sói đã bị lộ trần. Con sói chạy thẳng vào rừng trước khi Jeff có thể cho nó ném mùi gậy của người chăn cừu.

Một bài học rõ ràng ở đây là: Hãy nhìn trước khi bạn nhảy lên!

Ghi nhớ:

**Hãy tập quan sát vấn đề như những thách thức mà bạn có thể vượt qua!**



## HÃY THẢ TÓC XUỐNG

Hầu hết chúng ta đều biết đến Rapunzel là cô gái để mái tóc dài trong nhiều năm trước khi việc duỗi tóc trở thành thời trang. Từ khi còn là một đứa trẻ, Rapunzel đã bị mẹ phù thủy nhốt trong một cái tháp ngà. Rapunzel hoàn toàn hài lòng với hiện tại buồn tẻ, xám xịt ở trong tháp bởi vì cô đã bị cô lập với thế giới bên ngoài. Mẹ phù thủy Margaret đã nói với cô những câu chuyện ghê rợn về tội ác và sự dã man trên thế giới. Điều đó làm cho Rapunzel cảm thấy vui sướng khi được bảo vệ khỏi những hiểm nguy của cuộc sống. Nhưng Rapunzel vẫn thấy phải làm điều gì đó đối với cuộc đời của mình hơn là việc hong khô tóc.

Mẹ Margaret đã thuê một kiến trúc sư không có khả năng lắm tên là Frank Lloyd Wrong để thiết kế cái tháp. Và anh ta đã sao lãng không tính đến cái cửa. Điều này khiến cho mẹ phù thủy phải trèo để vào được phòng của Rapunzel ở đỉnh tháp. Do Margaret quá keo kiệt, bủn xỉn đến nỗi không muốn mua cái thang nên bà ta yêu cầu Rapunzel thả mái tóc vàng được tết bím qua cửa sổ để bà có thể leo lên. Điều này khiến cho cô cực kỳ đau đớn. Nhưng vì mẹ phù thủy là mối liên lạc duy nhất với thế giới bên ngoài nên cô phải chịu đựng.

Rapunzel rất thích hát bởi vì độ vang âm tuyệt vời trong tháp mỗi khi cô cất giọng. Nhưng giọng của cô còn yếu nên cô học nó qua những bài hát bằng nhịp điệu nhịp nhàng. Một ngày nọ, bài hát kỳ lạ của cô đã được hoàng tử Tim vô tình nghe được khi anh đang đi săn trong rừng. Cô ấy hát rằng: “Tôi tên là Rapunzel / Tôi sống ở trong tháp / tôi đang chải tóc / trong nhiều giờ liền / Đôi khi tôi thắt bím tóc / Đôi khi tôi đã / tự mình làm việc đẫm mồ hôi!”.

Hoàng tử Tim đi theo giọng hát cho đến khi tìm thấy cái tháp ngà trong rừng. Anh rất ngạc nhiên vì trước đây anh không chú ý đến công trình kiến trúc màu trắng to lớn này. Khi đến gần, hoàng tử nhìn thấy mẹ phù thủy nên anh trốn phía sau gốc cây. Hoàng tử Tim đã nghe được những câu chuyện về mẹ phù thủy nên không muốn cuộc đời mình kết thúc giống như cô bạn Nancy của mình. Cô Nancy đã trải qua những ngày còn lại của cuộc đời mình trong khu bảo tồn động vật sau khi cô có nhận xét cạnh khoe mẹ phù thủy Margaret.

Hoàng tử Tim bị kích thích trí tò mò nên đã sắp đặt kế hoạch để gặp cho được cô gái có giọng hát bí ẩn đó. Ngày hôm sau, anh đến chân tháp và giả giọng mẹ phù thủy gọi Rapunzel thật to:

“Rapunzel ơi, đừng sợ, cho tôi xem cái bím tóc”. Mặc dù hoàng tử có thể diễn xuất sắc như Jimmy Stewart nhưng thật ra, giọng bắt chước của anh còn rất yếu.

Rapunzel thả bím tóc xuống và cô rất ngạc nhiên khi nhìn thấy Tim xuất hiện ở cửa sổ. Anh đề nghị được giải cứu Rapunzel nhưng cô thật sự không nhận ra rằng mình cần được giải cứu. Khi hoàng tử nói với cô về những nơi cực kỳ xinh đẹp mà anh đã đến và những con người thú vị, tuyệt vời mà anh đã gặp thì Rapunzel nhận ra những gì mình đã bỏ lỡ. Rapunzel cảm thấy miễn cưỡng khi từ bỏ sự an toàn trong ngôi tháp của mình. Nhưng Tim thuyết phục cô nên mạo hiểm để có thể cảm nhận những niềm vui thực sự của cuộc sống. Thật may, hoàng tử đã mang theo đủ dây thừng cho cuộc tẩu thoát của họ.

Ở thế giới thực bên ngoài, Rapunzel dần dần xây dựng cho mình sự tự tin qua việc chấp nhận mạo hiểm và tự giới thiệu bản thân với người dân thị trấn. Đầu tiên, có một số phụ nữ quá ghen tỵ với vẻ xinh đẹp của cô nên tỏ ra xa lánh. Sự xa lánh, hắt hủi đó đã khiến cho Rapunzel cảm thấy bị tổn thương. Nhưng sau đó cô hiểu rằng chính điều đó là một phần không thể thiếu tạo nên sự trưởng thành.

Rapunzel nhận thấy có rất nhiều điều mới mẻ trong cuộc đời mà mình phải khám phá và nuôi dưỡng. Đầu tiên, cô muốn tìm được cha mẹ ruột của mình. Hoàng tử Tim đã giúp cô xác định nơi ở của họ bằng cách yêu cầu tất cả phụ nữ trong vương quốc xếp hàng để thử một đôi giày thủy tinh. (Anh đã đọc được thủ thuật này trong một bài báo của tạp chí *Better Homes and Castles*). Rapunzel thừa hưởng từ mẹ mái tóc dài và dày. Cho nên khi có một người phụ nữ đầu tóc giống như vậy đang trên cây cầu dẫn vào lâu đài thì mọi người dễ dàng xác định được đó là ai.

Còn cha của Rapunzel thì khóc lóc giải thích mình đã lạc mất cô con gái yêu quý như thế nào. Lúc đầu Rapunzel cảm thấy mình bị lừa dối, phật ý khi cha mẹ đã không cố gắng hơn nữa để trông nom cô. Nhưng sau đó cô quyết định tha thứ cho họ vì điều này sẽ giúp cô chữa lành vết thương lòng. Qua vài năm, Rapunzel đã có thể tạo lại lòng tin cậy với cha mẹ mình và mối quan hệ giữa họ phát triển tốt đẹp.

Rapunzel quyết định tiếp tục hẹn hò với hoàng tử Tim trong một thời gian nữa thay vì kết hôn với nhau ngay lúc này. Cô đã được biết những khó khăn của hôn nhân từ những câu chuyện lãng mạn trong sách về chàng trai cười trên con bạch mã đã muốn kết hôn ngay khi gặp mặt một cô gái xinh

đẹp. Cô cũng xem xét đến việc hoàng tử có cái họ là LeDunckel và không chắc là mình có muốn tự giới thiệu là Rapunzel LeDunckel đến suốt đời không.

Quá mệt mỏi vì mất nhiều giờ để hong khô tóc dưới ánh nắng mặt trời, Rapunzel đã sáng chế một dụng cụ giải phóng tất cả phụ nữ ra khỏi công việc vất vả phiền hà này. Ban đầu cô đã gặp những thất bại với kiểu con rồng thở ra lửa, nhưng các vụ kiện cáo của khách hàng đã nhanh chóng được giải quyết. Cô đã quay trở lại với bàn vẽ. Cuối cùng cô đã lấy được bằng sáng chế về cái máy sấy tóc có cấu tạo khá phức tạp. Nó sử dụng ống thổi của lò sưởi và một cái vạc dầu sôi mà cô mượn của mẹ phù thủy.

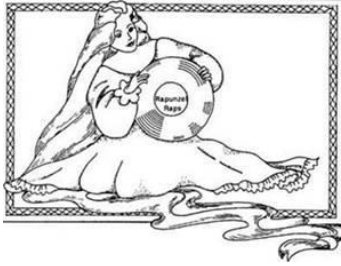
Mẹ phù thủy Margaret đã chết một vài năm sau đó trong một tai nạn kỳ quái khi cái chổi của bà va phải một quả cầu thời tiết. Rapunzel đã dần hòa với bà, thậm chí còn khuyến khích bà tham gia Hội những phù thủy ẩn danh. Rapunzel nghĩ rằng mình có thể giúp Margaret hướng đến một cuộc sống hữu ích hơn, hạnh phúc hơn bằng cách chỉ cho bà ấy những cơ hội có giá trị. Rapunzel đã mất nhiều tháng dỗ ngọt, đe dọa, phỉnh phờ để mẹ phù thủy tự đưa ra cho bản thân sự lựa chọn thay đổi. Trong di chúc của mình, mẹ phù thủy để lại cho Rapunzel cái tháp ngà và mấy chục cái vại chứa đầy đuôi thần lùn, mắt của con sa giông và một cái gì đó trông giống như thịt bò khô. Rapunzel đã bán cái tháp cho người kinh doanh ngà. Và người đó dự định sẽ gọt, đẽo nó thành những vật chạm trổ, đồ trang sức và phím đàn piano.

Giờ đây Rapunzel đã rất tự tin về bề ngoài và giá trị bản thân nên cô quyết định chấp nhận lời cầu hôn từ rất lâu của hoàng tử Tim. Cô sử dụng điện thoại công nương để gọi cho các bạn của mình là Cinderella, Bạch Tuyết và Công chúa ngủ trong rừng để đề nghị họ làm phù dâu cho mình. Tất cả bọn họ đã tích cực cùng nhau trong nhiều hoạt động xã hội khác nhau.

Hoàng tử Tim khuyến khích Rapunzel tiếp tục kiểu hát đặc biệt của mình và âm nhạc của cô nhanh chóng lan rộng khắp vương quốc. Tất nhiên, tất cả chúng ta đều biết thể loại âm nhạc của cô chính là thể loại rap ngày nay.

Ghi nhớ:

**Hãy tập chấp nhận mạo hiểm nhỏ để vượt qua những trở ngại lớn!**



## THẤT BẠI

Có lẽ bạn còn nhớ đến con ngỗng vàng từ câu chuyện “Jack, người leo cây đậu”. Thực tế thì nó không phải là con ngỗng vàng. Nó chỉ là con ngỗng có thể đẻ trứng vàng nhưng dường như mọi người vẫn gọi nó là con ngỗng vàng.

Không ai có thể biết chắc chắn làm cách nào con ngỗng có được khả năng đẻ ra trứng vàng 24k. Tuy nhiên, con ngỗng vàng lại mong mỏi đẻ ra những cái trứng bình thường để có thể gây dựng nên một gia đình mặc dù hiện tại cháu trai và cháu gái của cô, Omeletta và Benedict, đã là nguồn an ủi rất lớn.

Một ngày nọ, người khổng lồ có một số bạn bè đến. Trong khi các khách mời đang cố gắng tìm kiếm sự vui vẻ dưới cột khung thành thì một băng trộm từ Pennsylvania, đã đột nhập vào nhà của người khổng lồ. Điều này thực ra không khó vì cửa nhà có kích cỡ to bằng cái gara để hai chiếc xe ô tô.

Những tên trộm đã khéo léo ngụy trang để trà trộn vào nhà của người khổng lồ. Không may là tên trộm Scott đã cải trang bề ngoài như một chai bia nên bất ngờ bị ông bạn Goliath của người khổng lồ đang khát nước vụng gậy cổ. Lúc này, tỉ số giữa những người khổng lồ và những tên trộm là 1:0. Những tên trộm bắt đầu cảm thấy lo lắng. Mặc dù là những tên trộm từng trải nhưng rõ ràng Allen và Dale đang mất bình tĩnh. Khi những tên trộm nhận ra rằng ngay cả những cái khuy măng sét cũng quá nặng để có thể mang đi nên họ dự định rút lui. Khi đi ra phía cửa thì Allen phát hiện trong phòng khách có một con ngỗng. Anh ta cho rằng những người khách khổng lồ vụng về kia sẽ không phát hiện được sự vắng mặt của con ngỗng nhỏ bé này. Cuối cùng Allen và Dale đã dồn được con ngỗng vào góc phòng. Với con ngỗng được giấu an toàn dưới tay, tên trộm rón rén ra khỏi nhà người khổng lồ. Allen và Dale không biết được giá trị của con vật kêu quác quác này. Nhưng khi bị mẻ răng vì món trứng trắng thì Allen phát hiện ra rằng cái trứng này cứng như sắt đá. Và khi anh ta soi nó dưới ánh sáng thì nó sáng lấp lánh. Allen và Dale nhận ra với con ngỗng này mình thật sự đang ngồi trên mỏ vàng.

Allen nhanh chóng nhầm tính rằng nếu con ngỗng đẻ 1 trứng/tuần trong một năm thì mình và Dale có thể giải nghệ, sống cuộc sống thoải mái. Allen bàn với Dale về việc sẽ gia tăng nguồn của cải chung bằng cách đầu tư lâu dài thay vì cất giữ những cái trứng đó vào trong một cái giỏ.

Nhưng Dale lại có một kế hoạch khác. Anh muốn tất cả thành tiền ngay bây giờ. Đầu tiên, anh nghĩ rằng tiền bạc có thể mang niềm vui đến cho vợ và gia đình của mình. Nhưng sau đó anh lại nhận ra rằng nếu vợ ly dị với mình thì cô ấy sẽ được quyền hưởng một nửa số trứng mà anh được chia. Vì thế, anh sẽ viết thư ly dị với vợ trước và để cho cô ấy giữ những đứa trẻ. Dale dự định thuê một luật sư thảo hợp đồng để có thể giữ được tiền của cá nhân nếu anh phải lòng một cô siêu mẫu nào đó.

Khi con sốt vàng trong Dale tăng lên, anh nhìn sang người bạn thân Allen của mình và quyết định rằng mình có thể có đủ khả năng để mua một vài người bạn thân nếu có được phần vàng sắp sửa chia cho Allen. Dale quyết tâm tạo ra một “tai nạn đi săn”.

Khi Dale sắp xếp âm mưu của mình thì Allen đang hoạch định những cách để sử dụng món của cải bất ngờ này. Cuối cùng thì anh sẽ có cơ hội để từ bỏ cái nghề không minh bạch này và dành tất cả cho âm nhạc. Allen rất thích chơi đàn guitar nhưng anh không có niềm tin vào bản thân đủ để gia nhập nhóm nhạc. Anh quyết định sử dụng phần tiền được chia để xây dựng một phòng nhạc giao hưởng ở thị trấn. Rất cuộc thì người dân thị trấn này đã cho anh rất nhiều mặc dù có đôi lúc chĩa súng vào anh.

Bất thành linh, Dale lấy cái dao ra khỏi thắt chặt thịt, chop lấy con ngỗng và nói với Allen rằng mình sẽ phá vỡ “con heo bỏ ống” này. Allen cố gắng giải thích với Dale những lợi ích của việc trì hoãn nhưng Dale không muốn nghe.

Khi con ngỗng bị mổ xẻ ra không có gì cả thì Allen chop lấy con dao lạng thịt nhắm vào người bạn nóng vội của mình. Kết quả là sự hỗn loạn, bản thiêu của các phần: lòng, cổ, cánh, chân, mề... và vết thương của hai người bạn. Dale nhận ra rằng mình đã để cho tính tham lam lấn át và những của cải đích thực là gia đình đang chờ đợi anh ở nhà. Allen thì vẫn còn đủ ngón tay để tập luyện đàn guitar nên anh quyết định sẽ trả lời trong một quảng cáo trên báo của Robin và nhóm Merry Men. Để trả những hóa đơn tiền thuốc, Allen và Dale quyết định bán quả trứng vàng duy nhất cho một chàng trai tên là Fabergé.

Ghi nhớ:

**Hãy trân trọng những giá trị mà bạn đang có!**





## SỰ KIỀM CHẾ

Chắc hẳn bạn đã nghe câu chuyện về chú bé người Hà Lan nhỏ bé nhưng hầu hết các thông tin quan trọng đã bị bỏ qua khi chuyển ngữ. Vì thế, tôi sẽ cung cấp cho bạn một cách chi tiết các thông tin đó. Một buổi tối nọ, Morey ra ngoài đi dạo với chú chuột Andy trong vùng Netherlands. Thông thường, Morey đi xuống bờ hồ - nơi đây thỉnh thoảng cậu có thể bắt gặp thoáng qua hình ảnh một người Tây Ban Nha ngu xuẩn đang cưỡi ngựa chiến đấu chống lại cối xay gió của người hàng xóm. Tuy nhiên, tối hôm đó các con đường gần như rất vắng vẻ. Khi Morey đi bộ qua con đập của thành phố (nó dùng để ngăn không cho nước tràn lên), con chuột của cậu bé dừng lại uống chút nước từ cái vũng nước lớn. Khi ngược nhìn lên con đập, cậu nhận ra bức tường đã xuất hiện một lỗ thủng. Morey biết rằng với sức nước chảy dữ dội như hiện nay thì cả thành phố sẽ ngập trong nước. Vì thế, cậu vội tìm cách để ngăn dòng nước lại. Chú chuột Andy thì quá to so với cái lỗ nhỏ xíu này nên Morey quyết định bít cái lỗ bằng ngón tay của mình.

Để tìm kiếm sự giúp đỡ cho tình huống khó khăn này, Morey đã kêu to người bạn họa sĩ

Vinnie Van Gogh nhưng không may là anh bạn Vinnie vừa mới mất cái tai vì ý tưởng sai lầm về một món quà nhân ngày Lễ Tình Yêu nên không nghe. Sau đó, Morey vẫy cánh tay còn lại để gây sự chú ý của ông già Rembrandt nhưng ông già họa sĩ nghiện rượu này lại vui vẻ vẫy tay chào lại. Lúc này, cậu đang trở thành cái nút bần.

Thời gian trôi qua và Morey bắt đầu suy nghĩ đến việc mình sẽ trở thành người hùng của thị trấn này như thế nào. Cậu sẽ được mọi người nhận ra trong buổi thi đấu điền kinh khi đôi giày gỗ của cậu bốc cháy trong cuộc chạy tiếp sức. Trong khi đang suy nghĩ đến giải pháp bịt khoảng trống này thì cậu nghe tiếng ầm ầm phía sau bức tường. Cậu đã đánh giá thấp áp lực nước tác động vào công trình. nỗ lực cứu nguy vào giây phút cuối của cậu không giải quyết được khó khăn thực tế phía sau bức tường.

Những người may mắn nhìn thấy điều đó lại cho rằng đây là câu chuyện về vẻ đẹp của sự tàn phá. Morey đã cười lên đầu ngọn sóng khi dòng nước vượt qua bức tường và nước lũ đã nhận chìm thành phố. Do đó, sau này, cậu phải rất cố gắng trong việc điều khiển làn sóng của sự nổi tiếng vừa mới tìm thấy trong cuộc sống.

Sự căng thẳng từ những quan tâm, chú ý mà cậu đang nhận được bắt đầu gây thiệt hại. Hầu như Morey không ngủ và tính cách của cậu bắt đầu thay đổi. Một cậu bé rộng lượng, quên mình vì mọi người đang được viết tường tận trong mục lược lật của một tờ báo địa phương. Hơn nữa, ngón tay bị ngập trong nước quá lâu của cậu cũng không bao giờ hoạt động một cách chuẩn xác được. Điều này khiến cậu rất bối rối, lúng túng những khi cậu muốn chỉ vào một cái gì đó hay khi cố gắng gõ các mẫu tự: m, n, h, j, y hoặc u. Sau thảm họa, thị trấn đã lắp đặt một cái van điều khiển áp lực nước để giảm nhẹ sức ép của nước trước khi nó dâng lên đến mức nguy hiểm. Những người đã từng lơ đi trước những dấu hiệu nguy hiểm như thế đã biết điều chỉnh lại nguồn nước dự trữ trước khi nó vượt quá sự kiểm soát. Tương tự, Morey đã biết điều chỉnh mức độ căng thẳng và sức ép đối với bản thân qua việc sử dụng thời gian để rèn luyện, hòa nhập với xã hội và dành thời gian để nghỉ ngơi. Cậu nhận ra rằng điều này cho phép mình giải quyết được bất cứ sự khủng hoảng nào theo cách của mình.

Giờ đây với sự trưởng thành và khôn ngoan hơn, Morey thật sự nổi tiếng lâu dài trong cộng đồng nơi cậu sống. Cả thị trấn đã biểu quyết gọi tên cái công giải phóng sức ép của nước là Đập chuột đồng Morey. Và tất cả đều cho rằng cách gọi như thế là thích hợp, kèm theo một chuỗi những lời nói thêm rằng Morey đã la hét rất lớn khi không may lướt trên sóng. Bức tượng gần Haarlem khắc sâu lòng kính trọng Morey “người tượng trưng cho tinh thần chiến đấu bất diệt của người Hà Lan với biển cả”. Thành phố vừa mới đây còn ngập nước Hamsterdam, chữ “h” là âm câm trong ngôn ngữ của người Hà Lan, đã phát triển nhanh và sau này trở thành thủ đô của Hà Lan.

Ghi nhớ:

**Hãy tập tìm ra lối thoát cho những căng thẳng và sức ép đối với bản thân sẽ làm tăng lên những cảm xúc tốt đẹp.**

**HẾT**