

85 TRIẾT LÍ SỐNG TÍCH CỰC CỦA MARCUS AURELIUS

# TỪ HẠT CÁT

TRẦM LINH  
HẠ DỊCH ÂN  
(biên soạn)

NGUYỄN  
LỆ THU  
(dịch)

đến  
ngọc trai



NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

## LỜI NÓI ĐẦU

### CUỐN SÁCH CỦA TRÍ TUỆ

Marcus Aurelius - tác giả của tác phẩm Triết học kinh điển *Suy ngẫm*<sup>(1)</sup> - là một vị hoàng đế của La Mã cổ đại, đồng thời cũng là một nhà triết học nổi tiếng trong lịch sử. Ngay từ nhỏ, Aurelius được hưởng nền giáo dục toàn diện, tinh thông tiếng La tinh và Hi Lạp, từng học qua triết học, pháp luật, hội họa và là một trong những nhân vật đại diện cho phái Khắc Kì (Stoicisme). Khi còn trẻ, ông đã tham gia vào chính trị và 3 lần giữ chức Tổng tài của đế quốc La Mã. Năm 161 TCN, ông lên ngôi hoàng đế La Mã ở tuổi 40. Nhờ sự kiên quyết của mình, ông đã cùng với anh trai là Lucius Verus lên ngôi, trở thành vị đồng hoàng đế đầu tiên trong lịch sử La Mã. Trong những ngày tháng nắm quyền, Marcus Aurelius không hề tỏ ra cao ngạo hay sử dụng quyền lực bừa bãi, mà nghiêm cẩn chấp chính, một lòng vì nước vì dân. Khi tại vị, ông đã ban hành nhiều điều luật cải cách, xóa bỏ những quy định bất hợp lí, được dân chúng vô cùng yêu mến và ngưỡng mộ. Ngoài ra, để dân chúng nơi biên cương cũng được hưởng thái bình, ông nhiều lần thân chinh dẫn quân đi dẹp loạn, cuối cùng đỡ bệnh rồi qua đời ngay chính trong doanh trại. Marcus Aurelius chưa bao giờ vì bận rộn triều chính mà bỏ việc suy ngẫm và viết lách, hễ có thời gian là ông đọc sách, ghi lại những cảm nhận, suy nghĩ của bản thân, sau này những tư liệu quý giá ấy đã được ông tổng hợp lại và viết nên tác phẩm kinh điển *Suy ngẫm*.

Có người từng thắc mắc, tại sao cuốn tùy bút của một vị hoàng đế La Mã lại có thể trở thành sách gói đầu giường của nhiều Tổng thống, thậm chí còn được yêu thích không nỡ rời tay như vậy. Thực ra nếu đọc *Suy ngẫm*, bạn sẽ hiểu được đây không chỉ đơn giản là một cuốn sách ghi lại những cảm nhận, cảm xúc vu vơ. Từ chuyện bạn bè đến người thân, từ những chuyện nhỏ nhặt đời thường đến vũ trụ bao la, tất cả đều phản ánh trí tuệ của Marcus Aurelius. Có người nói ông đã dùng chính linh hồn mình để viết nên kiệt tác này. Từng câu văn, dòng chữ đều toát lên phẩm cách cao thượng, dũng cảm, nhân hậu, khiêm tốn của một bậc vĩ nhân. Đọc *Suy ngẫm* cũng tựa như được tắm trong đại dương chân lí, mang tới cho bạn những ích lợi không ngờ.

Trong cuốn sách mà quý độc giả đang cầm trên tay đây, chúng tôi xin được giới thiệu tác phẩm kiệt xuất vang danh thiên cổ này. Với hình thức trình bày mới lạ, cuốn sách đã chọn lựa những đoạn kinh điển nhất trong *Suy ngẫm*, qua đó đúc rút ra không ít bài học từ những triết lí sâu sắc đó. Hi vọng quý độc giả có thể thông qua cuốn sách này gạn lọc được cho riêng mình những “giọt trí tuệ” làm phong phú thêm thế giới tâm hồn.



## PHẦN 1 > RỘNG LÒNG TIẾP THU TRÍ TUỆ CỦA MỌI NGƯỜI

Là một vị minh quân của đế quốc La Mã hùng mạnh, Marcus Aurelius đã dùng văn phong khiêm nhường để viết khúc mở đầu tác phẩm Suy ngẫm, thể hiện phẩm chất ưu tú trong việc săn lòng học hỏi từ người khác. Tuy ở trên ngai vàng cao quý, quyền lực nắm trong tay, nhưng ông không hề sao nhãng việc tự kiểm điểm mình, tinh thần đó thực sự đáng để chúng ta phải học tập.

- Những phẩm chất tốt đẹp của người thân chính là tài sản vô cùng quý giá
- Có thêm nhiều thầy giỏi, bạn hiền
- Dùng lí trí để làm chủ cuộc đời
- Tránh xa than phiền
- Lạc quan đối mặt với cuộc sống



### 1 NHỮNG PHẨM CHẤT TỐT ĐẸP CỦA NGƯỜI THÂN CHÍNH LÀ TÀI SẢN VÔ CÙNG QUÝ GIÁ

#### Nguyên văn

Tù ông nội Verus II, ta học được phẩm chất đạo đức vĩ đại và cách kiềm chế sự giận dữ.

Tù danh tiếng và những hồi ức về cha, ta hiểu được thế nào là khiêm tốn và quả cảm.

Tù mẹ, ta học được sự tôn kính, chân thành, nhân ái. Ta không chỉ từ bỏ những thói xấu mà còn từ bỏ cả những ý niệm xấu xa cũng như cách sống xa xỉ để sống một cách giản dị.

Tù cụ nội, ta hiểu được việc không nên thường xuyên ra vào các ngôi trường công cộng, mà hãy tìm riêng cho mình một gia sư tốt; đồng thời hiểu được rằng

*trong một số việc, con người ta không nên tiếc tiền bạc để có được cho mình điều phù hợp và tốt đẹp nhất.*

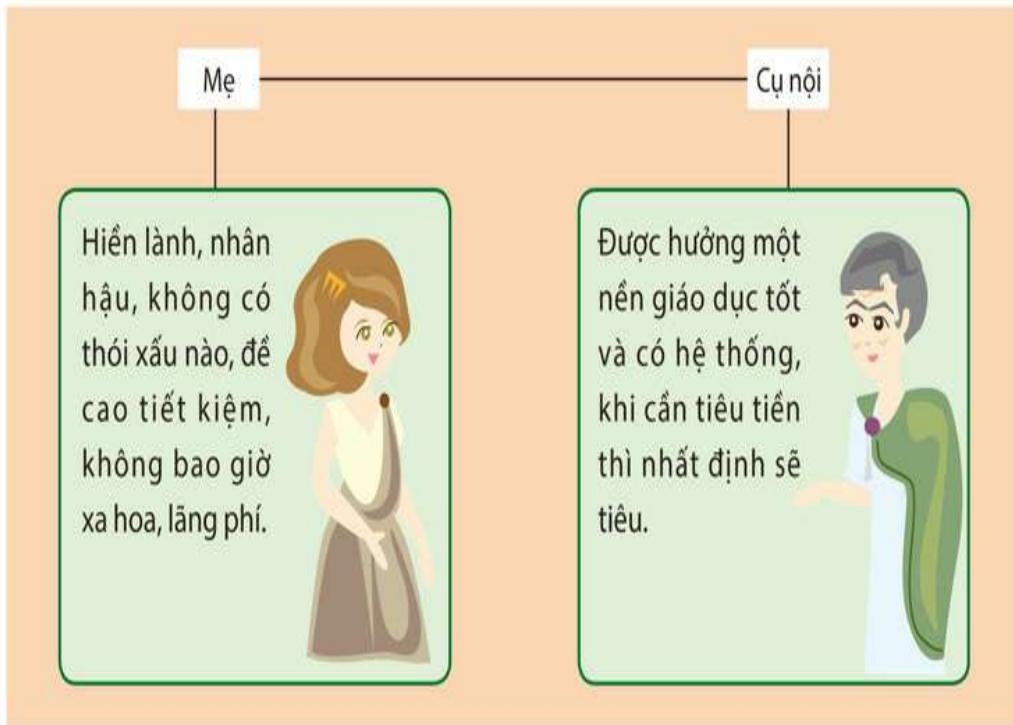
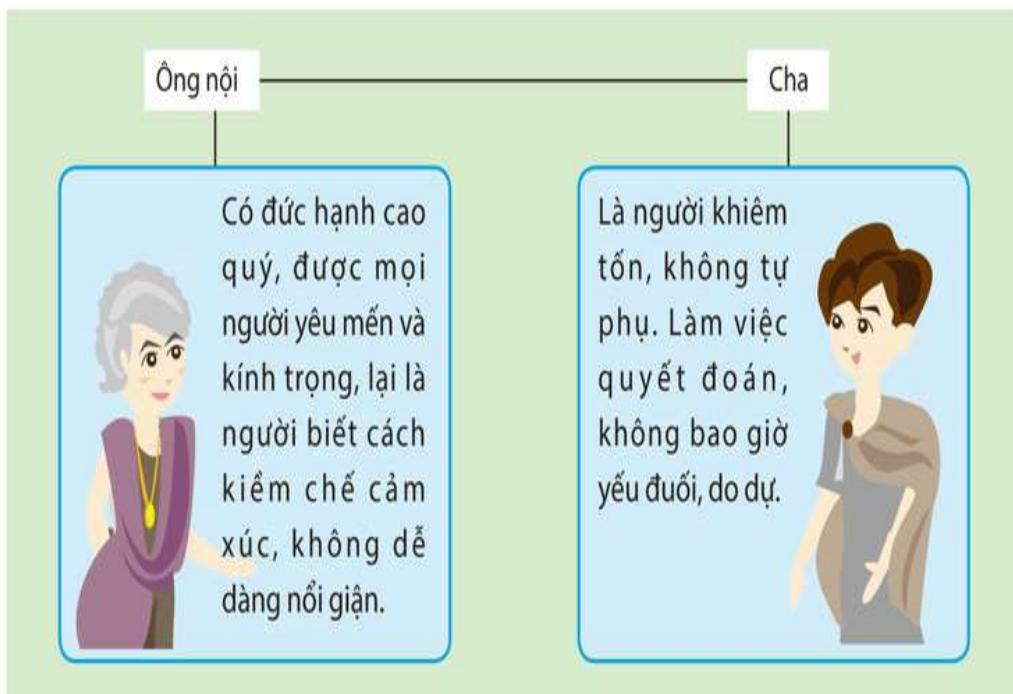
## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Kết thừa những phẩm chất tốt đẹp từ người thân trong gia đình

Các cuộc điều tra nghiên cứu khoa học đã chỉ ra rằng: Giáo dục trong gia đình có ảnh hưởng rất lớn và vô cùng quan trọng đối với con người, không khí gia đình hòa hợp thì con cháu trong nhà cũng thường có tài năng và sự nghiệp xán lạn. Nhiều người thường coi nhẹ vai trò của người thân, cho rằng “Muốn thành công thì nhất định phải học cách trở thành người thành công”, vì thế mà bỏ qua những ưu điểm của chính những người trong gia đình mình. Là một vị hoàng đế vĩ đại, Marcus Aurelius không hề đề cập việc “Tôi đã học được những gì từ người khác” trong phần mở đầu của *Suy ngẫm*, bởi ông biết chính gia đình mới là nhân tố quyết định làm nên bản thân ông ngày hôm nay. Cũng chính nhờ những phẩm chất ưu tú học được từ cha mà ông mới có thể trở thành một bậc minh quân.

Ken Olsen - Tổng giám đốc, đồng thời cũng là người sáng lập Công ty máy tính DEC (Digital Equipment Corporation) của Mỹ, từng được tạp chí *Happiness* bình chọn là “Doanh nhân thành công nhất nước Mỹ”. Ban đầu, khi công ty mới thành lập, chỉ có vốn vẹn vài nhân viên, nhưng Olsen cùng các cộng sự của mình đã không ngừng nỗ lực; sau 30 năm, công ty trở thành người khổng lồ dẫn đầu trong ngành điện tử. Khi nói đến bí quyết thành công, Ken Olsen luôn nhắc đến cha mình, ông nói: “Cha tôi tuy là kĩ sư nhưng ông không có bằng cấp gì mà chỉ học dở dang rồi đi làm luôn. Do ông có trong tay vài bằng chứng nhận quyền phát minh, nên đã trở thành một nhân viên kinh doanh. Một lần, ông giới thiệu sản phẩm của công ty cho khách hàng, nhưng khi nhận thấy rằng sản phẩm đó không hề thiết thực đối với vị khách ấy, ông ngược lại còn khuyên khách đừng mua. Chuyện này đến tai sếp, tuy bị một trận rầy la nhưng ông lại được mọi người khen ngợi. Từ cha mình, tôi hiểu được ý nghĩa đích thực của hai chữ THÀNH TÍN.” Cũng giống cha, Ken Olsen có những thói quen tốt trong cuộc sống như không hút thuốc, uống rượu; hơn nữa, trong công việc ông rất có nguyên tắc, luôn đổi đổi chân thành với bạn bè cũng như nhân viên dưới quyền. Chính nhờ những phẩm chất tốt đẹp ấy mà Ken Olsen đã khiến cho công ty ngày một lớn mạnh hơn.

Tài sản của Marcus Aurelius



### Bài học quan trọng

Chúng ta cần phát hiện ra những ưu điểm của các bậc trưởng bối trong gia đình, bởi ai cũng khó tránh khỏi có những khiếm khuyết nhất định, nhưng nếu chỉ luôn nhìn thấy những điểm thiếu sót thì tâm hồn ta sẽ ngày càng trở nên nhỏ mọn. Nếu chúng ta yêu quý người thân và mong muốn hòa thuận với gia đình thì hãy giữ thái độ cầu thị, khiêm nhường, tìm kiếm những phẩm chất đáng quý để học tập và phát huy. Chỉ có như vậy, chúng ta mới có thể không ngừng tiến bộ.

## Nguyên văn

Tù thầy giáo của mình, ta biết rằng không nên gia nhập vào bất cứ phe phái nào trong những cuộc đấu đá, cũng đừng bao giờ can dự vào những trận tranh giành của các phe phái trong những cuộc đấu đá đó. Từ thầy, ta cũng học được tình yêu lao động, tu tâm dưỡng tính, tự làm việc của mình, không can thiệp vào việc của người khác cũng như không tùy tiện vào những lời đồn thổi.

Tù Fronto, ta học được rằng quan sát chỉ là sự đố kị, nguy biện và giả dối của kẻ bao chúa; hiểu được rằng những kẻ được coi là giới thượng lưu lại thường thiếu lòng nhân từ và tình yêu đồng loại.

Tù Catulus, ta hiểu được rằng khi bạn bè than thở, cho dù là những điều vô lí đi chăng nữa thì cũng đừng làm ngo má hãy cố gắng giúp họ bình tĩnh lại, và phải luôn chuẩn bị sẵn sàng những lời tốt đẹp để dùng khi cần khuyên nhủ ai đó, tựa như mối quan hệ giữa Domitius và Athenodotus mà người đời vẫn hằng ca tụng vậy. Từ ông ấy, ta cũng hiểu được cách yêu thương con mình bằng cả trái tim.

Tù anh trai Severus, ta hiểu được cách yêu thương người thân của mình, yêu chân lí, yêu chính nghĩa. Từ anh ấy, ta biết đến Thrasea, Helvidius, Cato, Dion và Brutus. Từ anh ấy, ta tiếp thu tư tưởng dùng ché độ pháp luật giống nhau cho tất cả mọi người, thực thi ché độ bình đẳng về quyền lợi và tự do ngôn luận, cũng như quan niệm tôn trọng hết sức có thể quyền tự do của những người bị thống trị bởi vương quyền.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Tình bạn càng bền vững thì cơ hội thành công càng lớn

Người xưa có câu “Ở nhà nhờ cha mẹ, ra đường nhờ bạn bè”, có thể thấy, con người sẽ khó có thể thành công nếu thiếu sự giúp đỡ của bạn bè. Chúng ta cần tình bạn, không phải là mong cầu lợi ích từ bạn, mà phải thật lòng đối xử với bạn, đồng thời học tập những ưu điểm của bạn để biến chúng thành ưu điểm của mình.

Từ những suy ngẫm của Marcus Aurelius, có thể nhận thấy ông vô cùng coi trọng tình bạn và hết lòng với tình bạn đó. Ông học được từ bạn cách nhìn nhận, quan sát sự vật, sự việc trong cuộc sống, học cách yêu thương gia đình, quý trọng chân lí. Hơn nữa ông còn nắm được bí quyết giữ gìn tình bạn: Khi bạn bè than phiền, nhất định phải kiên nhẫn và lắng nghe. Thái độ nên có với tình bạn là: Không tính toán những thứ mình nhận được, nhưng nhất định phải coi trọng việc cho đi.

Có câu chuyện về tình bạn rằng: Hai người bạn đang tranh cãi rất gay gắt, một người còn bị bạn đâm cho một quả, anh liền viết trên cát: “Hôm nay tôi bị bạn đánh”. Sau đó, hai người họ qua sông, người bị đánh rót xuống sông, được người kia cứu sống, anh ta bèn khắc lên một tảng đá: “Hôm nay tôi được bạn cứu sống”. Người bạn kia thấy vậy thắc mắc, anh bèn giải thích: “Khi bị bạn bè làm tổn thương, tôi viết lên cát, vì tôi biết rằng gió sẽ thổi cát đi; khi bạn bè có ơn với tôi, tôi sẽ nhớ kỹ trong lòng.” Qua câu chuyện này có thể thấy rằng, một tình bạn vĩ đại sẽ chẳng hề so tính thiệt hơn. Người biết quý trọng và giữ gìn tình bạn mới có được sự tôn trọng và thành công trong cuộc sống.

### Chân lí về tình bạn

Tình bạn không có nghĩa là ai cũng có thể làm bạn, càng đông càng vui; điều quan trọng nhất là giữa những người làm bạn với nhau có cùng chí hướng hay không, có ảnh hưởng tốt đến nhau hay không.

### Quán Ninh chọn bạn

Quán Ninh thời nhà Hán, từ nhỏ đã rất thích học, ông thường cùng bạn là Hoa Hâm ngồi chung bàn đọc sách. Lần nọ, ngoài đường có xe đi qua, Hoa Hâm liền buông sách chạy ra ngoài xem. Quán Ninh bèn chia đôi bàn, ngồi tách khỏi Hoa Hâm và bảo Hoa Hâm rằng: “Cậu không phải là bạn của tôi.” Trong mắt Quán Ninh, người không thể tĩnh tâm đọc sách, dễ dàng bị thế giới bên ngoài tác động như Hoa Hâm thì không phải là người đáng để ông kết giao.



Một lần, Quán Ninh và Hoa Hâm cùng ra đồng trồng rau, chợt nhìn thấy có một thỏi vàng trên đồng, Quán Ninh không chút động lòng, tiếp tục cuốc đất, còn Hoa Hâm lại nhặt thỏi vàng lên ngắm nghía một hồi rồi ném đi. Có thể thấy, Quán Ninh luôn một lòng tĩnh tâm học hành, không hề bị tiền bạc làm lóa mắt, còn Hoa Hâm vẫn bị tạp niệm ánh hưởng. Từ đó, hai người tuy vẫn học cùng nhưng không còn thân thiết nữa.

### Bài học quan trọng

Có người thường cảm thấy tự ti vì ít bạn, thực ra có nhiều bạn cũng chưa hẳn là tốt, quan trọng là những người bạn đó có xứng đáng để kết giao hay không.

Có câu “Gặp hoạn nạn mới biết lòng nhau”, nếu khi bạn gặp khó khăn mà những người bạn vẫn luôn ở bên giúp đỡ thì tình bạn đó mới thực sự đáng quý. Đôi người gặp được một tri kỉ hiểu lòng ta là đã đủ, nếu có một người bạn có thể trở thành tri kỉ thì sẽ chẳng còn gì phải tiếc nuối nữa.

## Nguyên văn

Tù Apollonius, ta hiểu được sự tự do của ý chí và sự kiên định với mục tiêu đã chọn; hiểu rằng bất cứ lúc nào cũng phải dựa vào lí trí chứ không phải thứ gì khác; hiểu rằng ngay cả trong nỗi đau khổ mất con hay sự già đi và của bệnh tật cũng phải trán tĩnh như thường. Tù Apollonius, ta cũng nhìn thấy một người vừa kiên định lại vừa linh hoạt, một tấm gương sáng về việc luôn giữ được sự trầm tĩnh lạ thường mỗi khi khuyên bảo người khác; đồng thời cũng là người rất tính táo, không hề kiêng ngại bởi những kinh nghiệm phong phú và kỹ năng khéo léo khi giải thích các nguyên tắc triết học của mình. Ta cũng học được cách làm thế nào để lấy được cảm tình từ những người bạn đáng kính mà bản thân không hề cảm thấy tự ti, hoặc học cách làm ngơ trước họ.

Tù Diogenes, ta học được rằng đừng bao giờ khiến bản thân phải bận rộn chỉ vì những việc nhỏ nhặt, không tin những lời của thầy bói hay đạo sĩ, xóa bỏ những yếu tố ma quỷ hay những thứ tương tự; học cách không sợ hãi cũng không say mê chiến tranh; học cách lắng nghe người khác nói; học cách tiếp cận triết học.

Tù Rusticus, ta lĩnh ngộ được rằng tính cách của một con người cần được rèn giữa và sửa đổi, hiểu rằng không được để mình bị cuốn vào những cuộc thi hùng biện, không viết những thứ để đâu cơ trực lợi, không nhắc nhở những điều vụn vặt, không thể hiện mình học rộng biết nhiều hay đem những việc làm từ thiện ra để khoe khoang; học được cách tránh lời viết câu chữ đẹp đẽ mà sáo rỗng; không mặc loại quần áo để mặc khi ra ngoài những khi ở nhà hay làm những việc tương tự; học cách viết thư với văn phong giản dị, chân thật, như kiểu bức thư mà Rusticus gửi cho mẹ ta vậy. Đối với những người dùng lời lẽ để xúc phạm hay có lỗi với ta, nếu họ đã có ý hòa giải thì hãy vui vẻ chấp nhận. Tù Rusticus, ta cũng học được cách đọc kĩ lưỡng, tỉ mỉ, không thỏa mãn với những lí giải bề ngoài, không tùy tiện vào hùa với những người luôn miệng thao thao bất tuyệt. Ta cũng phải cảm ơn Rusticus vì đã cho ta biết đến tư tưởng của Epictetus, những tri thức đó đều là do ông ấy đã thu lượm và truyền thụ lại cho ta.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Rộng lòng đón nhận như trăm sông đổ vào biển lớn chính là cảnh giới cao nhất của việc làm người

Thời Hi Lạp cổ, có một vị đại sư học vấn uyên bác, rất được mọi người kính trọng. Một người học trò của ông sau khi đã khô công học tập thì tự cho rằng mình đã nắm được hết mọi chân lí, bèn nói với sư phụ rằng: “Con đã đọc hết tất cả các tác phẩm của tiên triết, cũng hiểu được vô số đạo lí, vậy theo thầy liệu sau này con có thành đạt không?” Đại sư đáp: “Sau này, việc gì của con cũng không thành.” Người học trò ngạc nhiên hỏi: “Tại sao vậy ạ? Chẳng lẽ con học như vậy vẫn chưa đủ sao? Nếu như học chân lí rồi mà vẫn không thành công thì con đọc những sách ấy có ích gì chứ!” Đại sư cười nói: “Nếu chỉ dựa vào trình độ của con bây giờ thì quả thực không có hi vọng gì để thành công cả. Một người tuy bụng chúa đầy kinh luân nhưng nếu không nhận ra được những nhược điểm của bản thân, thì khi bị người khác chỉ trích, phê bình, nhất định sẽ không thể chấp nhận được; khi gặp phải khó khăn, trở ngại, nhất định sẽ chán nản bi quan. Thực ra, con đọc bao nhiêu sách không quan trọng, cái chính là con có một trái tim rộng mở hay không.”

Marcus Aurelius từ nhỏ đã được giáo dục rất tốt, có thể nói là học vấn uyên thâm, lại là hoàng đế La Mã, hoàn toàn có quyền thỏa sức làm theo ý của mình, nhưng ông lại luôn giữ thái độ khiêm nhường, thừa nhận “phẩm cách” của mình “cần rèn giữa và sửa đổi”. Một người không ngừng học hỏi, lại có tâm hồn khoáng đạt, chấp nhận mọi thử thách như vậy thì sao có thể không được người đời tôn trọng chứ?

### Lí trí là nguồn gốc của chân lí

Khái niệm lí trí mà chúng ta vẫn nói đến là để chỉ một kiểu thái độ nhìn nhận sự vật, sự việc và cuộc sống, là năng lực không chế cảm xúc và điều chỉnh tâm lí.

#### Hai yếu tố chính của lí trí

##### Tự nhận thức về bản thân

Không nhận thức được rõ bản thân mình thì sẽ có thể trở thành người tự cao tự đại, tự huyễn hoặc về bản thân. Vì vậy, vừa phải thấy được ưu thế, lại vừa phải nhận thức rõ nhược điểm của mình, đồng thời tìm mọi cách để lấy ưu điểm bù đắp cho thiếu sót.

##### Nhận thức về thế giới bên ngoài

Nên đổi xử thế nào với thế giới xung quanh? Chúng ta phải nắm vững một điều: Đừng để bị chi phối bởi những cảm xúc phi lí trí, học cách dùng quan điểm toàn diện để nhìn nhận vấn đề. Hãy thử lí giải những thứ mình không hiểu, và nghi ngờ những quan niệm được tất cả mọi người thừa nhận.



### Bài học quan trọng

Con người sống cảm tính, không thể nào xử lý tất cả mọi việc bằng lí trí một cách tuyệt đối mà không mang chút tình cảm cá nhân nào. Điều chúng ta cần làm không

*phải là trở thành người máy mà là học cách suy luận, vượt bỏ thói quen nhìn nhận sự việc một cách phiến diện. Ví dụ như khi tranh cãi với người khác, bạn hãy thử nghĩ: Nếu mình là anh ta thì nên nói như thế nào? Điều đó chứng tỏ thói quen suy luận của bạn đã ngày một trưởng thành hơn.*

## Nguyên văn

Tù Cladius Maximus, ta học được cách kiểm soát bản thân, không bị ảnh hưởng bởi bất cứ điều gì, trong bất kì hoàn cảnh nào, ngay cả khi bệnh tật cũng vẫn vui vẻ như thường, phẩm chất đạo đức là sự kết hợp nhuần nhuyễn giữa sự ngọt ngào và tôn nghiêm, giải quyết ổn thỏa những việc trước mắt mà không một lời than vãn. Ta nhận thấy tất cả mọi người đều tin rằng, suy nghĩ của một người như thế nào thì sẽ được thể hiện trong lời nói của họ như thế ấy, không có ác ý nào ẩn chứa bên trong. Maximus chưa từng thể hiện sự ngạc nhiên hay hoảng sợ trước bất cứ việc gì, ông chẳng bao giờ vội vã cũng chẳng từng chậm trễ, chưa hề thấy mông lung hay chán nản, ông không bao giờ mượn tiếng cười để che giấu nỗi bất an, mặt khác cũng không quá cuồng tín hay đa nghi. Ông quen làm việc thiện, luôn khoan dung và tránh phạm phải lỗi làm. Ông để lại ấn tượng về một người vô cùng ngay thẳng chính trực, không ngùng học hỏi để cải thiện bản thân. Ta cũng nhận thấy rằng: Chưa thấy ai phản ánh rằng đã từng phải chịu sự miệt thị của ông hay dám tự nhận mình là người tốt hơn ông. Ông còn là người hài hước, có năng khiếu đem lại niềm vui cho mọi người.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Người có thể thay đổi thế giới không phải là người biết nói mà là người biết làm

Chúng ta thường hay than vãn vì những việc nhỏ nhặt, ví dụ như bưu điện làm thất lạc bưu kiện cần gấp, hay chỉ vì một chuyện nhỏ mà bị cáp trên la mắng. Nhìn bề ngoài thì dường như những chuyện vụn vặt ấy chẳng liên quan gì đến hành động của chúng ta, do đó mà nguyên nhân của chúng đều là “số đen”. Tuy nhiên, khi chúng ta đã quen than phiền thì không chỉ khiến bạn bè xa lánh mà bản thân ta còn có thể mất đi những cơ hội tốt.

Một sinh viên tốt nghiệp đại học được tuyển vào một công ty lớn làm nhân viên Marketing. Các nhân viên trong phòng Marketing sau khi thảo luận và sửa chữa, cuối cùng đã hoàn thành bản kế hoạch Marketing, đưa sản phẩm mới của công ty ra thị trường một cách thuận lợi, đây quả là chuyện đáng chúc mừng. Nhưng khi sản phẩm được bày bán thì phát hiện thấy trong câu quảng cáo sản phẩm có một lỗi rất nhỏ, song lại vô cùng nghiêm trọng: Số điện thoại dịch vụ khách hàng bị sai. Giám đốc biết chuyện nổi trận lôi đình, lập tức triệu tập các trưởng phòng đến họp kiểm điểm. Trưởng phòng Marketing họp xong về thông báo: Hủy buổi liên hoan mừng thắng lợi, tất cả nhân viên phòng Marketing đều phải chịu phạt, cắt tiền thưởng.

Cả phòng ai nấy đều rất bức bối, không ngọt kêu ca, thật không công bằng, chỉ vì tài liệu tuyên truyền mắc lỗi, hơn nữa cũng chẳng phải do tất cả mọi người gây ra, tại sao bây giờ lại đều phải chịu phạt? Cậu sinh viên mới ra trường không nói một lời mà chỉ yên lặng suy nghĩ, cậu cảm thấy vẫn còn có thể cứu vãn được tình hình, bèn bắt tay vào viết một bản báo cáo kế hoạch sửa chữa, giảm thiểu thiệt hại cho công ty. Kiến nghị của cậu nhanh chóng được tiếp nhận, còn cậu thì chưa tới nửa năm sau đã trở thành trưởng phòng Marketing. Nhiều người cảm thấy vô cùng kinh ngạc trước chuyện này, nhưng họ không phát hiện ra một điều, cậu nhân viên mới chân ướt chân ráo vào đời này đã nắm được một nguyên tắc quan trọng để thành công: Nói ít, làm nhiều.

Mỗi người đều sẽ gặp phải vô số khó khăn trên đường đời, rất ít người có thể tránh xa phiền muộn, sống cuộc sống an nhàn không vướng bận. Vì thế, khi đối mặt với những chuyện phiền phức

vụn vặt, nếu có thể thì hãy cố gắng không than vãn, thay vào đó là bình tâm nghĩ cách giải quyết, điều đó chắc chắn sẽ tốt hơn than vãn rất nhiều.

## Bí quyết không than phiền – Từ hạt cát đến ngọc trai

①

Có cậu thanh niên nọ, tự cho rằng mình rất có tài, nhưng khi ra ngoài xã hội thì mãi mà cậu ta vẫn chưa tìm nổi công việc lí tưởng cho mình. Cậu ta cho rằng mình chưa gặp được người biết trân trọng tài năng và cảm thấy vô cùng thất vọng. Hôm ấy, cậu bị cáp trên lì mắng, liền tức giận bỏ việc, cuối cùng đến bên bờ biển, trong lòng tràn đầy nỗi tuyệt vọng, định đâm mình xuống nước tự vẫn. Đúng lúc ấy, có một cụ già đi ngang qua, trông thấy vậy liền ngăn cậu lại và hỏi han sự tình. Cậu than thở: “Ông trời thật quá bất công, cháu sống còn có ý nghĩa gì đâu!”



②

Cụ già cúi xuống vốc lên một nắm cát rồi rắc xuống đất, nói: “Cháu hãy nhặt từng hạt cát mà ta vừa rắc xuống lên đi.” Cậu thanh niên thốt lên: “Sao mà làm được à?” Cụ già lại lấy từ túi ra một viên ngọc trai rồi vứt xuống đất, nói: “Thế nếu ta bảo cháu nhặt viên ngọc lên thì chắc cháu làm được chứ?” Cậu thanh niên đáp: “Chuyện đó thì đương nhiên là được à!” Cụ già cười nói: “Vậy thì khi cháu vẫn còn là một hạt cát, đừng kì vọng người khác nói chuyện với mình như với một viên ngọc trai.”



### Bài học quan trọng

Chẳng ai vừa sinh ra đã là một viên ngọc trai, bất cứ ai muốn trở thành ngọc trai cũng đều phải trải qua rất nhiều nỗ lực, thậm chí là đánh đổi bằng mồ hôi và nước mắt nữa. Khi bạn chưa được người khác xem như một viên ngọc trai, thì hãy coi mình như một hạt cát. Dừng than vãn cuộc đời không công bằng, thay vào đó hãy nhìn nhận một cách đúng đắn những lời chỉ trích, phê bình của người khác, cố gắng thầm lặng để từng bước, từng bước một làm tốt mọi chuyện. Chỉ như vậy, rồi sẽ có một ngày, người khác cũng sẽ nhận ra bạn là viên

*ngọc trai vô giá.*

## Nguyên văn

Ta cảm ơn Thương đế vì đã cho ta tổ tiên tốt, cha mẹ tốt, chị em tốt, thầy giáo tốt, bạn bè tốt và tất cả những điều tốt đẹp khác... Sức khỏe của ta không được tốt trong một thời gian dài, dù chưa đến mức như Benedicta hay Theodosius, song từ khi được đắm mình trong tình yêu thì bệnh tật của ta đã được chữa khỏi. Tuy ta không có được khí chất như Rusticus, nhưng ta cũng chưa phải hối hận vì bất cứ việc gì mình đã làm. Tuy mẹ ta mất sớm, nhưng trong những ngày tháng cuối cùng, bà luôn có ta kè bên. Khi ta muốn giúp đỡ những người cần sự giúp đỡ, hay vào bất cứ tình huống nào khác, ta đều thấy mình có đủ khả năng làm những chuyện đó. Còn riêng bản thân ta chưa bao giờ cần đến sự báo đáp của bất cứ ai được ta giúp đỡ. Ta có một người vợ vô cùng hiền dịu, mẫn mực và hết lòng yêu thương, chăm sóc cho ta. Con ta cũng được dạy dỗ bởi rất nhiều thầy giáo xuất sắc. Từ những giấc mơ và nhiều cách khác, ta tìm ra các loại cây thuốc chữa chứng ho ra máu và chóng mặt... Khi ta yêu thích Triết học, ta không bị rơi vào tay những nhà ngụy biện, không bị lãng phí thời gian vào những tác phẩm lịch sử hay kiểu lí luận Tam đoạn luận; cũng không bị sa đà vào việc tìm hiểu về Thiên đường, bởi tất cả những việc kể trên đều phải có vai trò của thần linh hay vận mệnh giúp đỡ.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Thái độ quyết định tất cả

Ngay từ phần 1, Marcus Aurelius đã luôn nhìn nhận mọi thứ với một trái tim biết ơn vô hạn, ông có được nguồn cảm hứng dồi dào từ bạn bè và người thân, cảm thấy cuộc sống vô cùng hạnh phúc. Từ đó có thể thấy vị hoàng đế La Mã này là một người luôn giữ thái độ lạc quan, tích cực trong cuộc sống, điều ấy khiến ông không bao giờ sợ hãi dù có gặp phải bất cứ khó khăn nào.

Vào thời cổ đại, có vị quốc vương nọ, một đêm ông mơ thấy núi non đồ sộ, đất đai nứt toác, nước cạn khô, hoa lá tàn rụng. Sau khi tỉnh dậy, ông liền kể lại giấc mơ cho hoàng hậu nghe. Hoàng hậu mặt biến sắc, thốt lên: “Không tốt rồi! Núi lở báo hiệu non sông sắp mất, nước cạn báo hiệu dân chúng sắp tạo phản, vì thuyền đại diện cho quân vương, nước đại diện cho dân chúng, nước cạn thì thuyền không thể đi được nữa, cũng có nghĩa là bách tính muôn lật đổ nhà vua. Hoa tàn báo hiệu những ngày tươi đẹp không còn bao lâu...” Quốc vương nghe vậy thì lập tức vì lo sợ mà đỗ bệnh, bệnh tinh thần ngày một trầm trọng hơn. Một hôm, một vị đại thần đến thăm quốc vương, nghe kể lại chuyện giấc mơ thì cười nói: “Tâu quốc vương, đó là điềm lành! Núi lở, trở thành đất bằng, chỉ việc thiên hạ thái bình. Nước cạn, báo hiệu rồng vàng sắp xuất hiện, Người chính là thiên tử, là rồng vàng! Còn hoa tàn, dân gian có câu “Hoa tàn mới có quả ngọt”, chúng tôi bao công lao trí vì đất nước của Người sắp có thành quả tốt đẹp.” Quốc vương nghe xong, mừng rỡ vô cùng, bệnh tinh thần cũng theo đó mà nhanh chóng thuỷt giảm.

Ngu ý của câu chuyện này cũng giống như thái độ sống của Marcus Aurelius vậy, chỉ có thái độ sống lạc quan, tích cực mới tạo nên được cuộc sống hạnh phúc. Khi đối diện với khó khăn, nếu chỉ biết than thân trách phận, đổ lỗi cho người khác thì khó có thể vượt qua được những khó khăn, trừ ngại ấy. Thủ tướng Anh Churchill từng nói: “Đừng chỉ nghĩ mãi về việc vì sao mình thất bại, nếu bạn luôn nhớ đến những giờ phút huy hoàng nhất của mình thì chẳng có trở ngại nào bạn không thể vượt qua được.”

## Cốc nước với một nửa hay vẫn còn một nửa

Bậc thầy về nghệ thuật thành công - Napoleon Hill từng nói: “Giữa người với người chỉ có một sự khác biệt rất nhỏ, nhưng sự khác biệt nhỏ ấy lại tạo thành sự khác biệt rất lớn! Sự khác biệt rất nhỏ đó chính là thái độ sống tích cực hay tiêu cực, còn khác biệt lớn chính là thành công và thất bại.”



Một người lạc quan nhìn thấy nửa chai nước sẽ nói: “Ôi, hóa ra vẫn còn nửa chai nước, mình thật may mắn!”



Thái độ sống lạc quan sẽ khiến bạn tự tin gấp bội, dù có khó khăn đến đâu cũng sẽ tìm ra được cách giải quyết, cho dù có phải đổi mặt với trở ngại và thất bại cũng không hè sợ hãi.



Một người bi quan khi nhìn thấy nửa chai nước sẽ nói: “Sao lại chỉ còn có nửa chai nước thế này? Thật là đen đủi!”



Thái độ sống tiêu cực chỉ khiến bạn chán nản buồn  
bã, dù chỉ là chuyện đơn giản đi nữa cũng không làm tốt  
được. Cuộc đời cứ như vậy rơi vào vòng tuần hoàn ác tính.

### Bài học quan trọng

*Không ai có thể có được một cuộc sống thuận buồm xuôi gió đến hết cuộc đời, bởi đường đời vốn luôn đầy rẫy chông gai và bát trắc. Việc chuẩn bị một tâm thái tích cực, không có nghĩa là chúng ta bỏ qua, hoàn toàn không quan tâm tới những khó khăn, hay thậm chí trốn chạy, mà là khiến chúng ta chủ động chuẩn bị một trạng thái tốt nhất để sẵn sàng đương đầu và giải quyết vấn đề. Người thực sự thành công là người luôn biết rõ mình cần phải làm gì để giải quyết vấn đề, chứ không phải ngồi một chỗ và ca thán.*

## PHẦN 2 > SUY NGHĨ THÔNG MINH

Là bậc quân vương, Marcus Aurelius tài trí mà hiền đức; còn khi là một học giả thì ông lại càng chứng tỏ được tài năng của mình. Trong phần này, chúng ta sẽ được lĩnh hội vô số tư duy triết học cũng như thái độ của ông với cuộc sống, tất cả đều lấp lánh ánh sáng của trí tuệ.

- Thu phục lòng người
- Sống vì bản thân
- Có mục đích rõ ràng trong mọi chuyện
- Trân trọng cuộc sống hiện tại
- Tư duy dẫn lối cuộc đời



### 1 THU PHỤC LÒNG NGƯỜI

#### Nguyên văn

Khi bắt đầu ngày mới, ta luôn tự nhủ với chính mình: Ta sẽ gặp những kẻ töc mache, những kẻ vong on bởi nghĩa, những kẻ ngạo mạn, những tên lừa lọc, đồ kị và tự cô lập bản thân. Chúng nhiễm phải những thói xấu đó là do chúng không biết thế nào là thiện, thế nào là ác. Tuy nhiên, ta là người biết bản chất của thiện và ác, biết thiện là những điều tốt đẹp, ác là những thứ xấu xa. Ta biết bản tính của những kẻ làm việc ác thực ra cũng giống với ta, chúng ta không chỉ có da và máu giống nhau, chúng ta còn có một phần trí tuệ và thiên tính như nhau. Ta sẽ không để bát cát ai trong số chúng làm hại, vì dù là ai cũng không thể làm điều ác với ta, ta cũng không thể trút giận hay thù hận lên những kẻ là đồng loại của mình. Bởi lẽ, từ khi sinh ra, vận mệnh của chúng ta là phải hợp tác với nhau, như tay với chân, như môi với răng. Thé nén, chống lại nhau chính là chống lại vận mệnh, cũng chính là tự loại bỏ mình, tự chuốc phiền não cho bản thân.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Cho dù đối phương là ai cũng hãy thử thân thiện với họ

Marcus Aurelius mặc dù là đấng quân vương cao quý song vẫn nhận thức được một cách sâu sắc như vậy về vấn đề giao tế trong xã hội, quả thực là một điều đáng quý. Dân gian có câu “Mỗi cây mỗi hoa, mỗi nhà mỗi cảnh”, tính cách, thói quen, sở thích, khiếm khuyết của mỗi người đều không ai giống ai. Khi giao tế với người khác, chúng ta thường chọn kết bạn với những người mình thích, lánh xa những người không thích. Nhưng Marcus Aurelius đã đưa ra một quan điểm hoàn toàn khác biệt – thu phục tất cả mọi người, bất kể đối phương là ai, dù cho đó là người xung khắc với mình như nước với lửa đi nữa thì cũng vẫn phải thân thiện với họ.

Dale Carnegie, nhà văn nổi tiếng người Mĩ và là tác giả cuốn *Đắc nhân tâm* đã từng mở lớp luyện kĩ năng giao tiếp, giúp cho những người không dám nói trước đám đông có được dũng khí phát ngôn. Nhiều người có tính cách hướng nội, cô lập sau khi tham gia lớp học của ông đã có sự tiến bộ đáng kể, có người còn có thể diễn thuyết lưu loát trước đám đông.

Một phóng viên đã phỏng vấn Carnegie: “Kết quả lớn nhất ông thu được khi mở lớp luyện kĩ năng giao tiếp là gì?” Người phóng viên này vốn tưởng rằng Carnegie sẽ nói: Tôi vui vì đã giúp những người khó khăn trong giao tiếp khắc phục được nhược điểm của mình. Song câu trả lời của Carnegie hoàn toàn khác với dự đoán của anh ta: “Thu hoạch lớn nhất của tôi đó là kết bạn với rất nhiều người. Ban đầu, khi mới mở lớp, tôi từng do dự, thậm chí nghi ngờ bản thân mình liệu có thể giao lưu được với nhiều người như vậy không, nhưng giờ tôi thấy rất vui vì có thể hòa hợp với họ. Anh phải hiểu rằng, mục đích của tôi khi mở lớp học này không phải là khiến họ học được gì từ tôi mà là trong quá trình giảng dạy, khiến họ cảm nhận được sự ấm áp của tình người...” Không ngờ việc làm quen được với nhiều người lại khiến Carnegie vui mừng đến vậy.

Rất nhiều người thành đạt đều không bao giờ than vãn vì “phải thân thiện với người mình không thích”, bởi họ hiểu một đạo lí là: Ai cũng có khuyết điểm, song họ vẫn có điểm đáng học hỏi. Những người giỏi giao thiệp đều biết tận dụng ưu điểm của đối phương như thế nào, và kết giao với nhiều người khác nhau thì sẽ thu hoạch được những thứ khác nhau. Vậy thì sao chúng ta không thử học tập Marcus Aurelius, đối xử với mọi người xung quanh với thái độ khoan dung và tích cực hơn nhỉ?

Bí quyết giao thiệp với người khác

## Những đặc điểm khác nhau của con người

• Người hay  
tọc mạch

↔  
Đổi sách

Những người như vậy thường khá hướng ngoại, lại nhiệt tình, có thể giao thiệp nhiều với họ, nhưng nên cẩn trọng khi liên quan đến những việc cụ thể.

• Người vong  
ơn bội nghĩa

↔  
Đổi sách

Hãy tập trung vào những đặc điểm riêng của họ, cần có chừng mực khi giao thiệp với họ. Những người như vậy không thể trở thành tri kỉ nhưng vẫn có thể giữ quan hệ bình thường.

• Người  
kiêu ngạo

↔  
Đổi sách

Họ thường rất xem trọng bản thân, quen thói coi thường người khác, vì vậy đừng cố tình động chạm đến họ, giao thiệp ở mức độ vừa phải.

• Người lừa lọc

↔  
Đổi sách

Những kẻ như vậy nhân phẩm chắc chắn có vấn đề, chỉ nên giao thiệp bình thường, không nên quá thân thiết.

• Người hay  
đổ kị

↔  
Đổi sách

Người có tính đổ kị thường khá nhạy cảm, vì thế cố gắng hạn chế, đừng để họ cuốn vào những việc hay chủ đề có tính cạnh tranh.

• Người cô độc

↔  
Đổi sách

Những người này thường sống hướng nội, khi giao thiệp với họ nhất định phải tìm chủ đề nào mà họ ưa thích, có vậy mới có thể nói chuyện thân thiết được.

Bất lợi của việc sống quá bảo thủ

Nếu sống quá bảo thủ, ta sẽ có tâm lí bài trừ đối với mọi sự vật ở thế giới bên

ngoài, không những khó lòng giao du với người khác mà còn có thể khiến tư tưởng dần trở nên lạc hậu do không sẵn lòng đón nhận những điều mới lạ. Vì vậy, nếu bạn có thói quen coi thường người khác, hãy thử tự hỏi bản thân: Có phải thực sự họ chẳng có điểm gì tốt hay không?

### Bài học quan trọng

*Người có thể dễ dàng nhận ra được ưu điểm của người khác thực sự là rất hiếm có, bởi họ ít bị cảm xúc chi phối, lại có lòng khoan dung, nên nhát định sẽ có tâm lòng rộng mở mà người bình thường khó có được, họ có thể thu hoạch được rất nhiều qua những mối quan hệ xã hội, dù chưa chắc họ đã là người thành công nhưng chắc chắn sẽ được nhiều người nhớ đến.*



## Nguyên văn

*Bạn có lỗi với bản thân, với linh hồn của chính mình, và bạn sẽ không có cơ hội để vinh danh lại bản thân lần nữa. Sinh mệnh của mỗi người chỉ có một, thế nhưng sinh mệnh của bạn thì lại đã sắp kết thúc, ấy vậy mà linh hồn của bạn vẫn không chịu soi sáng cho chính mình mà lại đem hạnh phúc của bạn gửi lại cho một linh hồn khác.*

*Đừng quá quan tâm đến chuyện người khác đang nghĩ gì, rất hiếm khi một người bị coi là không hạnh phúc, trong khi những kẻ không quan tâm đến tiếng nói của trái tim mình mới chính là những người bất hạnh.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Hạnh phúc chính là sống cho bản thân mình

Hạnh phúc là gì? Đó là câu hỏi xem chừng vô cùng đơn giản mà lại không hề dễ trả lời, bởi mỗi người lại có định nghĩa khác nhau về hạnh phúc. Nhưng với Marcus Aurelius, hạnh phúc chính là yêu quý bản thân mình. Cảm thấy may mắn vì sự tồn tại của mình, không quan tâm đến suy nghĩ của người khác chính là niềm hạnh phúc lớn nhất.

Một chàng thanh niên có ước mơ từ nhỏ là được bay lượn như chú chim nhỏ trên bầu trời, vì vậy, cậu quyết trở thành phi công. Song khi cậu học đến trung học thì lí tưởng ấy bỗng trở nên khó trở thành hiện thực, bởi cha cậu cho rằng làm phi công không có tương lai, ông khuyên con trai thành luật sư tiếp bước cha. Cậu nghĩ ngợi hồi lâu, làm luật sư cũng không tồi, có cha lót đường sẵn cho mình, chắc chắn tương lai muôn thành công trong ngành luật sư cũng không phải là chuyện khó, nhưng như vậy thì sau này sẽ chẳng bao giờ được bay lượn trên bầu trời nữa. Cuối cùng, cậu quyết định từ bỏ cơ hội vào học khoa Luật để chuẩn bị thi vào Học viện Không quân. Nhưng phản kiểm tra sức khỏe trước khi thi đã khiến cậu phải chịu cú sốc lớn về mặt tinh thần - cậu bị mù màu. Theo quy định, người bị mù màu không thể trở thành phi công được, như thế cũng có nghĩa là ước mơ của cậu tan vỡ từ đây.

Trước sự đùa giỡn của số phận, cậu vô cùng đau khổ nhưng vẫn không chịu từ bỏ ước mơ. Cậu bỏ nhà, thuê một chiếc xe cũ nát để nghiên cứu nguyên lý vận hành máy, qua đó làm thuê kiêm tiền. Vài năm sau, cậu lái chiếc máy bay cá nhân của chính mình bay lên bầu trời. Khi trả lời phỏng vấn của phóng viên, cậu nói: “Tôi từ bỏ nghề luật sư được bao người ngưỡng mộ là vì tôi tin rằng không ai có thể ngăn cản được tôi bay lên bầu trời, Học viện Không quân không ngăn được, chúng mù màu cũng vậy. Tôi không cảm thấy tiếc nuối gì, bởi tôi đã sống cho chính bản thân mình.”

Sống cho bản thân mình - trong suy nghĩ của nhiều người là điều không tưởng, vì dưới áp lực cuộc sống, công việc mà ta làm có thể không phải là điều ta yêu thích nhất. Ta không thể chọn cha mẹ, cũng không thể chọn công việc, nhưng chắc chắn chúng ta có thể chọn thái độ sống phù hợp với mình. Nếu thích đọc sách, bạn đừng bao giờ vì công việc bận rộn mà từ bỏ sở thích của mình. Nếu thích du lịch, bạn cũng đừng lấy có rằng mình “không có thời gian” để đi đâu đó ngắm nhìn thế giới. Hạnh phúc lớn nhất của cuộc đời nhiều khi chỉ đơn giản là trong lúc bận rộn vẫn có thể tận hưởng cuộc sống của bản thân.

### Niềm hạnh phúc của sự tự do

Cuộc sống thường không được như ý, nhưng vì sinh tồn, chúng ta vẫn phải làm những công việc nhảm chán, lặp đi lặp lại. Ví dụ như đi làm, tan sở, về nhà, thời gian rảnh thì xem ti vi. Nếu có ai đó hỏi bạn rằng: Cuộc sống như vậy ý nghĩa ở chỗ nào? Bạn sẽ trả lời ra sao?



Có người nói: "Tôi sống không hạnh phúc chút nào, cũng không hiểu phải sống vì điều gì nữa." Nếu bạn cảm thấy cuộc sống của mình thực sự vô vị như thế, hãy dừng bước chân bạn rộn lại một chút và tĩnh tâm suy nghĩ: Lí tưởng và ước mơ của tôi là gì?



Cuộc đời có đến tám, chín phần không như ý muốn, nhưng ít nhất vẫn còn một, hai phần nào đó khiến chúng ta cảm thấy vui lòng. Nếu bạn muốn theo đuổi chút hạnh phúc hiếm hoi ấy, thì dù có khó khăn thế nào đi nữa cũng chẳng thể nào ngăn được bạn. Theo đuổi không nhất định sẽ đạt được kết quả, nhưng tận hưởng quá trình ấy cũng là một niềm hạnh phúc.



Chúng ta có thể không làm việc vì bản thân, nhưng nhất định không được sống mà không vì bản thân. Một không gian nhỏ hẹp có thể giam cầm cơ thể, nhưng không thể trói buộc suy nghĩ của người đó. Trong thế giới tinh thần, tất cả chúng ta đều là người tự do.



### Bài học quan trọng

Theo đuổi ước mơ không có nghĩa là từ bỏ mọi thứ ta có ở hiện tại. Việc chúng ta phải làm là không bỏ cuộc, cho dù có khó khăn đến thế nào cũng phải mỉm cười đổi mới với nó; dù có đau khổ đến đâu cũng cần phải vươn tới hạnh phúc. Có người sống một cuộc sống bình thường hết quá nửa cuộc đời, tới khi đã hơn 60 tuổi mới dùng tiền lương hưu của mình ra khởi nghiệp, song lại tạo nên kì tích trong ngành công nghiệp đồ ăn nhanh của Mỹ, ông chính là nhà sáng lập của KFC - Harland Sanders.

## Nguyên văn

*Gặp phải những chuyện ngoài lề có khiến bạn phân tâm không? Hãy bỏ ra chút thời gian để học thêm những điều mới lạ, tốt đẹp và ngừng việc đi vòng tròn lại. Nhưng bạn nhất định phải tránh việc bị dẫn qua một con đường khác. Bởi lẽ, những người bị cuộc sống làm cho mệt mỏi cũng chính là những người phiêu bạt, họ không có mục đích dẫn đường cho mỗi hành động của mình, nói cách khác, tất cả mọi tư tưởng, suy nghĩ của họ đều không có mục đích.*

*Bạn nhất định phải ghi nhớ câu nói này: Cái gì là bản chất tổng thể, cái gì là bản chất của tôi, chúng liên hệ với nhau như thế nào, bản chất của tôi là tổng thể hay một phần của tính chất nào; không ai cảm bạn nói hoặc làm những chuyện phù hợp với bản chất của mình (Bạn là một phần trong đó).*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Những kế hoạch có mục đích rõ ràng chính là bí quyết của thành công

Trong Vật lí có một từ vựng gọi là “entropy”, ban đầu nó được vận dụng trong nhiệt lực học. Nhà khoa học nổi tiếng Stephen Hawking trong cuốn *Lược sử thời gian* đã giải thích “entropy” một cách形象 như sau: Có thể hiểu “entropy” là “càng ngày càng không có trật tự”, ví dụ như một căn phòng không được quét dọn thì sau một thời gian dài, chắc chắn sẽ cực kì bừa bộn. Có những người mà cuộc sống của họ cũng giống như “entropy” vậy, ngay từ đầu đã không có kế hoạch gì cho cuộc sống, không có mục đích rõ ràng, cũng không quan tâm đến bất cứ điều gì, kết quả là cuối cùng mới nhận ra càng ngày càng có nhiều vẩn đèn này sinh, thậm chí nghiêm trọng đến mức bản thân họ cũng không tài nào giải quyết được.

Chúng ta thường hay than thở cuộc sống quá vất vả mà không hề nghĩ rằng, thực ra chúng ta có thể làm cho cuộc sống của mình dễ thở hơn bằng việc quy hoạch lại tất cả. Doanh nhân nổi tiếng người Mĩ Henry Ford có thói quen là bắt kể chuyện gì cũng đều ghi lại ở một trang trong cuốn sổ nhỏ, giải quyết xong việc gì là xé trang đó đi, cứ như vậy cho đến khi cuốn sổ mỏng dần hay bị xé hết. Ông nói: “Có một lần, tôi phát hiện trên bàn mình có một xấp giấy dày, mỗi tờ lại là một chuyện rất đau đầu, không phải ngày một ngày hai là giải quyết được, tôi rất sốt ruột, thậm chí còn hay nổi nóng nữa. Sau đó tôi nhận ra có nổi nóng cũng không giải quyết được việc gì, bèn sắp xếp những tờ giấy đó lại theo thứ tự từ dễ đến khó, sau đó bắt đầu gọi điện, tìm người giải quyết, kết quả không đến ba ngày sau, xấp giấy đó đã chuyển chỗ sang sọt rác. Có thể thấy, trong nhiều vấn đề, việc giải quyết được hay không không nằm ở chỗ khó hay dễ mà là làm như thế nào.” Kinh nghiệm của Henry Ford cho chúng ta bài học quý báu, nếu bạn cũng gặp phải vấn đề tương tự trong công việc, chẳng phải cũng có thể giải quyết được như vậy sao?

Làm bất cứ chuyện gì cũng phải có thói quen lên kế hoạch và biết được mục đích của nó, khi kế hoạch còn chưa hay biết gì mà ta đã chuẩn bị sẵn sàng thì phần thắng chắc chắn sẽ thuộc về ta. Cuộc sống và công việc cũng giống như vậy, đều phải có kế hoạch cụ thể. Có người nói: “Trời khi mưa khi nắng, ai biết được mấy năm sau chúng ta sẽ như thế nào?” Diễn viên hài nổi tiếng Jim Carrey trước khi thành danh cũng từng gấp phai vô ván thất bại, nhưng trong túi anh luôn để một tờ giấy ghi con số “10 triệu đô” và tự nhắc nhở bản thân: Trong vòng 5 năm, nhất định mình phải kiếm được số tiền này. Thực tế, không tới 5 năm, anh đã kiếm được số tiền đó và trở thành ngôi sao nổi tiếng của Mĩ. Từ đó có thể thấy, có kế hoạch rõ ràng cho cuộc sống và công việc chính là con đường

nhanh nhất dẫn đến thành công và hạnh phúc.

## Sống có mục đích sẽ có hạnh phúc

Cuộc sống có mục đích

Cuộc sống tùy theo ý thích

Hình thành thói quen sống tốt, nghỉ ngơi đúng giờ, ăn uống có quy luật. Trước khi bắt đầu làm việc, có sự phân tích kĩ càng rồi thực hiện theo đúng kế hoạch.



Kết quả

Tinh thần sảng khoái, cơ thể khỏe mạnh, làm việc có hiệu quả. Không chỉ có cơ hội thăng tiến mà còn có thời gian rảnh để tận hưởng cuộc sống và làm những việc mình ưa thích.



Nghỉ ngơi không có quy luật, muốn ngủ lúc nào thì ngủ lúc đó. Khi làm việc không bao giờ lên kế hoạch cụ thể, gặp chuyện gì làm chuyện đó, không quan tâm đến những việc khác.



Kết quả

Tinh thần bệ rạc, cơ thể mệt mỏi. Công việc ngày một bận rộn hơn nhưng lại không có hiệu quả, thường bị sếp trách phạt, lại không có thời gian rảnh rỗi.



### Bài học quan trọng

Thực ra lập kế hoạch không hề khó như chúng ta thường tượng, có khi chỉ cần vạch ra vài điểm đơn giản là được. Làm vậy có hai mục đích: Một là có sự ước lượng về những việc phải làm, không vì chuyện này mà quên chuyện kia hay lâu ngày quên mất; hai là nếu thời gian định trước có thay đổi thì có thể điều chỉnh lại ngay, không quá bị động, lãng phí thời gian.

## Nguyên văn

Dù bạn định sống đến ba ngàn năm hay hàng vạn năm thì vẫn phải nhớ kĩ một điều: Thứ con người ta mất đi không phải là cuộc sống khác mà là cuộc sống hiện tại của họ; con người ta không sống cuộc sống nào khác mà chính là cuộc sống hiện tại mà họ đang mất đi. Sinh mệnh ngắn nhất và dài nhất cũng trở nên tương đồng là vì thế. Tuy cái mất đi không hề giống nhau, nhưng đối với tất cả mọi người, hiện tại đều giống nhau. Vì vậy, những buồn bã, mất mát chỉ đơn giản là một khoảnh khắc mà thôi. Bởi lẽ, con người ta không thể nào đánh mất quá khứ và tương lai, cho nên thứ mà họ không có thì ai mà lại có thể cướp đi từ tay họ được? Bạn nhất định phải ghi nhớ hai điều sau: Một là tất cả những thứ đến từ vĩnh hằng đều chỉ là hình thức, là vòng tuần hoàn, chuyện mà một người có thể nhìn thấy trong một trăm năm, một nghìn năm hay vô hạn đi nữa thì đối với người ấy, đó cũng chỉ là một chuyện mà thôi; hai là người sống thọ và người vẫn số đều mất đi cùng một thứ giống nhau. Vì thế, thứ duy nhất có thể bị cướp khỏi tay ta chính là hiện tại. Nếu đúng là như vậy, tức là mỗi người chỉ có thể có được hiện tại, thì người đó sao có thể mất đi thứ mà họ chưa từng có bao giờ?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Trân trọng hiện tại mới có thể sờ hữu tương lai

Có một chú tiểu ngày nào cũng dây sớm quét những chiếc lá rụng trong sân chùa. Mùa thu đến, lá vàng rụng đầy sân, ngày nào chú tiểu cũng mệt bờ vai mới quét sạch được đầm lá. Chú nghĩ mãi mà không tìm ra cách nào để công việc nhẹ nhàng hơn. Một hôm, có vị hòa thượng nói với chú tiểu: "Sao trước khi quét, cậu không lấy hết sức rung cây, lá vàng rụng hết xuống, chẳng phải ngày hôm sau sẽ không phải cực khổ nữa ư?" Chú tiểu mừng rỡ vô cùng, đây đúng là cách hay, chú bèn lấy hết sức rung cây rồi mới quét dọn. Ngày hôm sau thức dậy, chú tiểu không tin nổi vào mắt mình, sân chùa lại đầy lá rụng. Lúc này, một vị hòa thượng khác bước đến và nói với chú: "Cây cối sinh trưởng theo quy luật, lá rụng cũng vậy, chiếc lá ngày mai mới rụng thì hôm nay sẽ không rời khỏi cành." Chú tiểu cuối cùng cũng hiểu được đạo lí: Có những chuyện không thể làm trước được, việc duy nhất ta có thể làm chính là nắm chắc hiện tại trong tay.

Từ rất nhiều năm trước, Marcus Aurelius đã lĩnh ngộ được đạo lí triết học đầy sâu sắc "Trân trọng cuộc sống hiện tại", có thể thấy ông quả là một bậc anh tài nhìn xa trông rộng. Con người ngày nay dung nạp rất nhiều thứ vào đầu, từ những việc chưa làm xong hôm qua đến những chuyện học búa phải giải quyết hôm nay, rồi cả những chuyện ngày mai có thể gặp phải nữa, đó là những thứ không ai có thể tránh được. Vậy phải làm thế nào mới không bị động, vội vàng? Thực ra rất đơn giản, đó chính là hôm nay thì phải làm việc của ngày hôm nay, không nghĩ ngợi chuyện hôm qua, cũng không phiền não vì chuyện ngày mai. Thái độ sống như vậy mới có thể khiến chúng ta có được thu hoạch, nếu ta không quên được thất bại của hôm qua, cũng không bỏ qua được phiền não của ngày mai thì sao có thể làm tốt chuyện hôm nay? Hãy hết lòng sống vì hôm nay, như vậy chẳng những có thể xóa bỏ nỗi muộn phiền của hôm qua mà còn có thể chắp cánh cho tương lai bay xa, vậy hà có gì chúng ta lại không chọn?

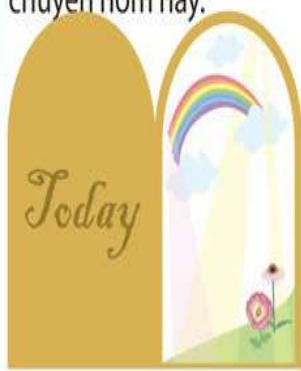
## Ba việc của ngày hôm nay

Đóng cửa

Ghi nhớ

Lựa chọn

Đóng lại cánh cửa nối với quá khứ và tương lai, chỉ mở rộng cánh cửa của hiện tại. Như vậy sẽ có thể tránh được rất nhiều chuyện phải lo nghĩ, chuyên tâm làm thật tốt chuyện hôm nay.



Ghi lại những niềm vui, hạnh phúc của bản thân, đừng mãi bận tâm về những nỗi phiền muộn trong quá khứ, như vậy bạn sẽ phát hiện ra mình đang hạnh phúc và càng có lòng tin đối với cuộc sống hiện tại.



Phải vừa hiểu được cần chắt lọc lấy những gì từ cuộc sống, vừa học cách từ bỏ. Vứt bỏ những chuyện khiến bạn phiền muộn bấy lâu nay, trân trọng những điều có thể làm tốt trong hiện tại thì mới có thể khiến bạn có thêm nhiều hạnh phúc.



### Bài học quan trọng

Trân trọng cuộc sống hiện tại không có nghĩa là tránh khỏi khó khăn trong

quá khứ hay tương lai mà là đặt gánh nặng trong tâm hồn xuống, giải quyết những việc hiện tại, không lo nghĩ những chuyện có thể xảy ra trong tương lai. Nếu mỗi ngày chúng ta đều làm phép trừ cho “phiền muộn”, dù là mỗi ngày giải quyết một chuyện thôi thì cuộc sống cũng sẽ dần trở nên tốt đẹp hơn. Hãy nhớ kĩ: Lãng quên hôm qua và ngày mai chính là để có thể sống thanh thản ngày hôm nay.

## Nguyên văn

Trong cuộc sống của con người, chỉ chớp mắt thời gian đã trôi đi, thực thể luôn nằm trong dòng chảy, tri giác chậm chạp, két cáu của cả cơ thể dễ dàng bị phân rã, linh hồn là một vòng xoáy, bí mật của vận mệnh không thể lí giải được, danh tiếng không được quyết định bởi sự phán đoán thông minh. Tóm lại, tất cả những thứ thuộc về cơ thể chỉ là một dòng chảy, những thứ thuộc về linh hồn chỉ là một giấc mơ, sinh mệnh là một trận chiến, là chốn dừng chân của một người khách qua đường, mọi danh tiếng của người ấy rồi cũng sẽ bị bỏ lại sau lưng và dần rơi vào quên lãng. Vậy thì mỗi người phải dựa vào thứ gì để được dẫn đường chỉ lối? Chỉ có Triết học mà thôi. Mà Triết học thì lại nằm ở chỗ mà sự linh thiêng trong trái tim mỗi người được che chở để không bị tàn phá và tổn thương, tránh những nỗi đau và niềm vui, không làm những chuyện vô bổ, hơn nữa, không bao giờ giả dối và lừa gạt, đồng thời không mong cầu người khác làm hay không làm bất cứ chuyện gì. Ngoài ra, cần đón nhận tất cả những việc xảy đến, tất cả những thứ thuộc về mỗi người, cho dù đó là gì thì cũng coi như chúng đến từ nơi ta đến. Cuối cùng, chờ đợi cái chết với tâm trạng vui vẻ, không coi cái chết là thứ gì khác mà chỉ là sự phân giải của những nguyên tố sinh học tạo nên mọi thứ. Nếu trong quá trình một sự vật không ngừng biến đổi, mà bản thân nguyên tố lại không chịu bất cứ tổn hại nào thì vì sao con người lại phải lo lắng về sự biến đổi và phân giải của các nguyên tố cấu thành? Bởi cái chết là phù hợp với lẽ tự nhiên, mà những thứ phù hợp với lẽ tự nhiên đều không phải là cái ác.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Trí tuệ lớn nhất nằm ở việc tư duy

Từ đoạn văn trên của Marcus Aurelius, có thể thấy, ông có thái độ vô cùng tôn kính đối với Triết học, đồng thời dùng Triết học để tư duy, thuật lại những hiểu biết của mình về những hiện tượng tự nhiên như sinh, lão, bệnh, tử. Ông coi “cái chết” là giai đoạn mà ai cũng nhất định phải trải qua trong cuộc đời, do đó hãy thanh nhiên đối mặt với nó. Cảnh giới đó dường như chỉ tồn tại trong một vài tác phẩm kinh điển. Thực ra mỗi người lại có kiến giải của riêng mình về vạn vật vạn sự trên đời, bắt kể những kiến giải đó có mối liên hệ với nhau hay không thì chúng cũng đều có ảnh hưởng đến cuộc sống của chúng ta. Có người sẽ nói: “Tôi chỉ quan tâm liệu có nuôi sống được cả nhà hay không, chứ không cần phải nghĩ ngợi hay tư duy gì cả.” Dù bạn làm nghiên cứu hay kiêm tiền, muốn thành công thì cũng đều phải dựa vào khói óc của mình. Điều mà Marcus Aurelius muốn nhắn nhủ với chúng ta chính là: Trong cuộc sống, ta không thể ngừng tư duy, nếu không sẽ đồng nghĩa với việc tự phong tỏa bản thân.

Ở New York có một cậu bé bán báo, nhưng trong thành phố này đâu đâu cũng có người bán báo, khách hàng lại thường cố định, vì thế mỗi tháng cậu chẳng kiếm được bao nhiêu. Cậu bèn nghĩ ra một cách rất hay, đó là đến ga tàu, chờ đến khi có nhiều người đợi tàu liền phát hết số báo cho họ, vừa phát vừa nói: “Mọi người cứ đọc trước đi, nếu thấy hay thì trả tiền cho cháu.” Một lát sau, cậu lại đi thu báo về.

Mọi người thấy cậu bé còn nhỏ, bán thân mình cũng đã đọc báo, không trả tiền thì không hay lắm, hon nứa một tờ báo cũng chẳng đáng bao nhiêu tiền, thế nên chẳng ai trả lại báo cả. Cứ như vậy, thu nhập hàng tháng của cậu bé từ bán báo cao gấp nhiều lần so với những người bán báo

khác. Thật đúng là “nghè nào cũng có nhân tài”, đến cậu bé bán báo cũng tìm ra được cách bán hàng hiệu quả đến thế. Nếu chúng ta lúc nào cũng chăm chăm làm việc mà không suy nghĩ xem nên làm thế nào cho tốt hơn thì có lẽ cả đời này, ta cũng sẽ chỉ mãi bận rộn mà không có chút hi vọng thành công nào.

Tính tất yếu của tư duy

Trong  
hôn nhân



Trong  
gia đình



Trong  
công việc



### Bài học quan trọng

*“Nước cháy không thối, ngõng cửa không mợt”, não của chúng ta cần liên tục tư duy, có vạy mới khiến cuộc sống trở nên thuận lợi hơn. Thực ra khó khăn không hề đáng sợ, đáng sợ là khi đối mặt với khó khăn chỉ biết than vãn mà không biết suy nghĩ để tìm ra cách giải quyết. Có thể chúng ta không suy nghĩ, tư duy về cội nguồn của vạn vật như các triết gia nhưng nhất định phải tư duy về cuộc sống của chính mình.*

## PHẦN 3 > LỜI NHẮC NHỎ CỦA CUỘC ĐỜI

Trong phần này, Marcus Aurelius không chỉ có những lí giải về vạn vật mà còn thô lộ những nỗi niềm trong công việc và học tập. Những lời nhắc nhở với ngữ ý sâu sắc đó sẽ mở ra cho cuộc đời chúng ta cánh cửa rộng lớn của trí tuệ.

- Hiệu quả là trên hết
- Luôn tìm ra mặt tốt của mọi việc
- Tôi suy nghĩ, tức là tôi tồn tại
- Nhìn nhận quan điểm của người khác một cách đúng đắn
- Yêu công việc của mình
- Tin sách, chẳng thà không có sách
- Dành thời gian cho việc quan trọng nhất
- Học cách kiềm chế cảm xúc



### 1 HIỆU QUẢ LÀ TRÊN HẾT

#### Nguyên văn

Chúng ta không nên chỉ nghĩ về việc sinh mệnh của chúng ta đang hao phí từng ngày từng giờ, thời gian còn lại ngày càng ít ỏi, mà còn nên suy nghĩ đến một việc khác, đó là: Một người cho dù có sống được lâu hơn chút nữa thì cũng không dám chắc rằng khả năng lí giải của người ấy còn đủ để có thể tiếp tục lĩnh ngộ được về sự vật, còn đủ nỗ lực để có thể thu lượm được tri thức về thân và người cũng như khả năng tư duy. Bởi trước khi các chức năng như bài tiết, trao đổi chất, ăn uống, tưởng tượng hay các chức năng tương tự bước vào thời kì thoái hóa thì anh ta đã sớm bắt đầu có biểu hiện của chúng lú lẫn tuổi già; trong khi những năng lực như năng lực điều khiển bản thân, năng lực đáp ứng các tiêu chuẩn nghĩa vụ, năng lực phân tích

rõ ràng các sự vật sự việc, năng lực xét đoán xem một người liệu có tạ thê ngay lúc đó hay không... lại cần có trí tuệ được rèn luyện, mà trí tuệ ấy thì từ lâu đã không còn minh mẫn nữa. Vì thế, chúng ta nhất định phải tranh thủ thời gian, không chỉ vì chúng ta đang ngày càng tiến gần hơn đến cái chết, mà quan trọng hơn còn là vì khả năng quan sát và lí giải sự vật của chúng ta sẽ sớm tiêu tan.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Dùng thời gian có hạn để làm những việc có ích

Marcus Aurelius không chỉ nhận thức được sự hữu hạn của sinh mệnh mà còn có những suy ngẫm về ý nghĩa của sinh mệnh: Đời người ngắn ngủi, đừng mơ hồ hờ mà hãy biết tận dụng thời gian để cảm nhận về thế giới xung quanh. Thời gian công bằng với tất cả mọi người, có người dùng sinh mệnh của mình để tạo nên vô vàn kỉ tích khoa học, có người lại chỉ biết ngày ngày sống vô vị, nhảm chán. Ở đây chúng ta không thảo luận về ý nghĩa của cuộc đời mà chỉ đề cập quan điểm “tận dụng thời gian một cách hiệu quả”.

Có hai sinh viên nọ chơi với nhau, ngày ngày cùng đi học, cùng chơi bóng, thân thiết vô cùng. Sau khi tốt nghiệp, một trong hai người dễ dàng thi đậu cao học, người bạn kia cảm thấy vô cùng khó hiểu, bèn thắc mắc: “Mấy năm nay tớ thấy cậu có đê tâm học hành bao giờ đâu, sao lại thi đậu được cao học? Chẳng lẽ cậu thông minh hơn tớ ư?” Người bạn bè cười đáp: “Trước giờ tớ không hề nghĩ mình thông minh hơn cậu. Tuy ngày nào chúng ta cũng làm những việc giống nhau, nhưng tớ biết tận dụng thời gian. Ví dụ như khi chúng ta cùng lên lớp nghe giảng, cậu có thể thính thoảng ngồi thả hồn theo gió, còn tớ thì vừa nghe giảng, lại vừa ghi nhớ và suy nghĩ. Đến lúc thi cử, tuy chúng ta không đến nỗi nước đến chân mới nhảy mà vẫn cùng lên thư viện ôn bài, nhưng cậu có thể cười đùa với các bạn khác, còn tớ lại tự định cho mình trong một tiếng phải đọc được bao nhiêu trang sách, tuyệt đối không bị ảnh hưởng bởi thế giới bên ngoài. Ngay cả trong tình yêu cũng vậy, tớ nói rõ với bạn gái rằng tớ làm chuyện gì cũng phải sắp xếp trước, không bao giờ lãng phí thời gian, thế nên kể cả khi hẹn hò, tớ cũng để cao hiệu quả y như vậy...”

Chú trọng hiệu quả có thể nói là một vấn đề quan trọng trong cuộc sống. Nếu chúng ta không rèn luyện thói quen làm việc có hiệu quả cao thì cho dù là học tập hay làm việc đều không thể có được thành tích vượt trội. Một vị hoàng đế nắm quyền lực trong tay còn hiểu đạo lí này, vậy chúng ta có lí do gì để thời gian trôi đi vô nghĩa?

### Bí quyết nâng cao hiệu quả làm việc

#### Tinh thần sáng khoái:

Tinh thần phải ở trong trạng thái tốt thì mới có thể nâng cao hiệu quả làm việc. Vì thế, chúng ta cần ngủ đủ giấc và nghỉ ngơi hợp lý, đừng cố làm việc trong khi tinh thần mệt mỏi.



#### **Định sẵn kế hoạch:**

Rèn thói quen lên kế hoạch đơn giản cho mỗi ngày. Trước tiên, hãy liệt kê những việc cần làm, sau đó phân rõ thứ tự trước sau. Làm vậy có thể tránh cho công việc bị rối loạn, giảm khả năng mắc lỗi.



#### **Học cách quyết đoán:**

Nếu bạn có thói quen làm việc chậm chạp, lè mè, hãy thử tự đặt cho mình một hạn định, ví dụ như việc A nhất định phải hoàn thành trong vòng nửa tiếng. Cứ như vậy, dần dần tác phong làm việc tự nhiên sẽ trở nên nhanh nhẹn, quyết đoán.



#### **Việc hôm nay chờ để ngày mai:**

Những việc có thể làm xong hôm nay thì đừng bao giờ để đến ngày mai, vì rất có thể ngày mai bạn sẽ gấp phải nhiều rác rối hơn. Giảm bớt những rác rối đang có chính là cách hiệu quả để tiết kiệm thời gian.



#### **Bài học quan trọng**

Giấc ngủ tốt có thể giúp cơ thể nạp đầy năng lượng, vì thế, chúng ta không thể hi sinh thời gian nghỉ ngơi để kéo dài thời gian làm việc hòng tăng năng suất được. Cách làm đúng đắn là một ngày cần ngủ đủ 7 – 8 tiếng, trưa nghỉ ngoi một chút. Nếu không có điều kiện nghỉ trưa thì bạn cũng có thể nghỉ một lát trên bàn làm việc, như vậy có thể giúp nâng cao hiệu quả làm việc buổi chiều. Ngoài ra, nhất định phải chú ý đến chất lượng giấc ngủ, đừng nghĩ ngại chuyện công việc trong thời gian nghỉ

*ngoại, tâm không tạp niệm thì mới có được giác ngủ tốt.*

### Nguyên văn

Chúng ta cũng nên chú ý đến điều này: Ngoài những sự vật được sinh ra theo lẽ tự nhiên, những sự vật cùng xuất hiện với chúng cũng có sức hấp dẫn rất lớn đối với con người. Ví dụ, khi trên bề mặt bánh mì đang nướng xuất hiện những vết nứt, tuy những vết nứt ấy không nằm trong mục đích tạo hình của thơ bánh mì, nhưng theo ý nghĩa nào đó thì chúng vẫn rất đẹp, kích thích sự thèm ăn của con người bằng cách đặc biệt của mình. Hay như trái sung, khi chín cũng bị nứt ra; trái ô liu khi sáp chín nấu cũng có vẻ đẹp rất đặc biệt. Bông lúa uốn câu, con sư tử chớp mắt, bọt mép sùi ra từ mõm lợn rừng, và còn rất nhiều sự vật khác nữa, nếu con người để tâm quan sát chúng, tuy sẽ phát hiện ra chúng không đủ đẹp nhưng vì chúng là kết quả của các sự vật do tự nhiên tạo thành nên vẫn có tác dụng làm đẹp cho bản thân chúng, khiến tâm trạng con người vui vẻ... Rất nhiều việc kể trên rồi sẽ xuất hiện, chúng không thể khiến cho tất thảy mọi người đều cảm thấy vui vẻ mà chỉ làm vui cho những người thực sự hiểu về tự nhiên và những tác phẩm của tự nhiên.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Thế giới này không hề thiếu cái đẹp, quan trọng là bạn có đôi mắt tìm ra cái đẹp hay không

Trong mắt Marcus Aurelius, thế giới này rốt cuộc có diện mạo như thế nào? Ông nhìn những vết nứt của bánh mì và trái sung cũng thấy đẹp, nhìn thấy trái ô liu chín nấu, bông lúa uốn câu, con sư tử chớp mắt... Tất cả đều là những cảnh tượng hài hòa và không hề hiềm gai, nhưng tại sao chúng ta lại không để ý đến? Điều này có liên quan đến trạng thái tinh thần của mỗi người. Nếu có tinh thần sáng khoái thì cho dù chỉ là những thứ vốn bị người đời bỏ lơ và xem thường, ta cũng sẽ thấy được sức quyến rũ độc đáo tỏa ra từ chúng.

Có một chàng trai, do chuyên công việc mà phải chuyên đến Seattle - Mĩ. Seattle là thành phố có tiếng mưa nhiều, một năm có đến 5 tháng trời thường xuyên mưa phun lát phát, chàng trai vừa từ Florida đây nắng gió đến nên không quen với kiểu thời tiết ở đây. Ngày ngày, cậu nhìn bầu trời xám xịt mà thấy não lòng, vì thế nhiều lần cậu đã cố gắng xin chuyển về bộ phận cũ. Cuối cùng, thậm chí cậu còn định thôi việc nữa. Sau khi nộp đơn xin thôi việc, Tổng giám đốc liền gọi chàng trai lên nói chuyện, biết lí do thôi việc của cậu là do không thích thời tiết ở Seattle, Tổng giám đốc hỏi: "Tại sao cậu lại ghét trời mưa?" Chàng trai trả lời: "Tôi thích trời nắng, trời mưa đi ra ngoài rất bất tiện, chỗ nào cũng ướt nhẹp, nhìn đã thấy phiền rồi."

Tổng giám đốc cười nói: "Khi tôi mới chuyên chuyến đến Seattle cũng là mùa mưa, nhưng tôi lại thấy nó đẹp vô cùng. Nhất định là cậu chưa từng ngồi uống cà phê và ngắm thế giới bên ngoài lung linh huyền ảo qua lớp kính mờ nước, đó quả thực là tác phẩm tuyệt diệu của trường phái ấn tượng. Mỗi sớm tinh dậy, việc tôi thích nhất chính là mở cửa sổ, vì không khí sau mưa cực kì trong lành." Nghe lời miêu tả của Tổng giám đốc, chàng trai cúi đầu, không hiểu tại sao từ trước tới giờ anh lại chưa hề quan sát thế giới bằng góc nhìn như thế. Sau này, anh đã chọn ở lại Seattle và tạo dựng sự nghiệp cho mình ở thành phố mưa này.

Thói quen tìm ra mặt tốt đẹp của mọi sự vật, sự việc không chỉ thể hiện khả năng thẩm mĩ đặc biệt mà còn là cách rất tốt để nhanh chóng làm quen với hoàn cảnh mới và sự thay đổi tâm trạng. Nếu bạn cảm thấy cuộc sống không như ý hay đau khổ vì chuyện gì đó, hãy ngồi xuống và ngắm nhìn xung quanh, có thể tâm trạng bạn sẽ tốt hơn và biết đâu lại tìm ra được cách giải quyết vấn đề.

**Thay đổi tâm trạng trong 5 phút**

Đừng ở mãi trong một không gian bí bách, chật hẹp mà hãy ra ngoài đi dạo, làm vậy không chỉ giúp mở mang tầm mắt mà còn được hít thở không khí trong lành.



Tìm bạn bè trò chuyện, tâm sự về những nỗi buồn của bản thân. Làm được vậy tâm trạng nhất định sẽ khá hơn.



Đừng luôn tự trách mình vì làm không tốt. Điều cần suy nghĩ ở đây là tại sao, chứ không phải là làm thế nào.



Đặt vài chậu cây hay lọ hoa trong phòng. Ở bên những thứ tươi đẹp như thế thì còn điều gì đáng để ta phải phiền muộn nữa?



Lấy album ảnh ra xem, nhớ lại những khoảng thời gian đẹp đẽ, tự nhiên tâm trạng sẽ tốt hơn.



Coi những khó khăn như con đường ta bắt buộc phải đi qua, tự nhủ với bản thân: Càng gấp nhiều trở ngại, ta sẽ có thêm càng nhiều kinh nghiệm. Thành công chỉ là vấn đề thời gian mà thôi.



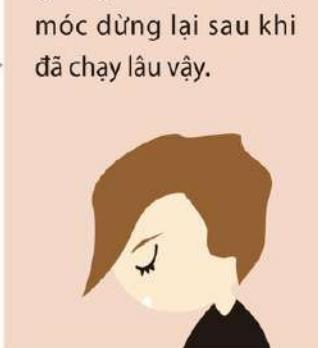
Xem một bộ phim tình cảm hoặc phim hài, tâm trạng bạn sẽ được truyền cảm xúc tích cực và trở nên khá hơn.



Nhớ lại một chuyện khiến mình cảm thấy vui, khi bạn bất giác mỉm cười thì nỗi phiền muộn sẽ không còn tồn tại nữa.



Yên tĩnh khoảng 5 phút, không nghĩ ngợi bất cứ điều gì, hãy để đầu óc được nghỉ ngơi, giống như cho máy móc dừng lại sau khi đã chạy lâu vậy.



### Bài học quan trọng

Có câu “Không chuyện gì là không thể vượt qua được”, có những chuyện ban đầu chúng ta cảm thấy rất khó, nhưng nhiều năm qua đi, khi nghĩ lại thì thấy những chuyện ấy không có gì đáng để nhắc đến. Khó khăn có lúc khiến ta sợ hãi, mất động khí đối diện với đời, nhưng chỉ cần học cách điều chỉnh suy nghĩ và tâm trạng thì sẽ có thể dễ dàng vượt qua chúng.

## Nguyên văn

Hippocrates sau khi chữa khỏi cho rất nhiều bệnh nhân cũng nhiễm bệnh và qua đời. Các nhà chiêm tinh tiên đoán được cái chết của rất nhiều người nhưng rồi định mệnh cũng mang họ đi. Alexander, Pompeius và Caius Caesar sau khi san bằng nhiều thành phố dưới gót chân giày xéo của hàng ngàn binh mã, cuối cùng cũng phải từ giã cõi đời. Heraclitus sau khi nghiên cứu về ngọn lửa trong vũ trụ, cuối cùng chết vì bệnh phù thũng, khi chết bùn đất lấp mìn. Những con rận hủy hoại Democritus, những kè vô lại khác giết chết Socrates. Điều ấy có ý nghĩa gì? Bạn lên thuyền, thuyền chạy; cập bến, bạn xuống thuyền. Nếu con thuyền đi tới một cuộc sống khác thì chẳng cần đến thần linh nữa, dù ở đâu cũng vậy. Nhưng nếu con thuyền hướng đến một nơi mọi thứ đều vô tri vô giác, bạn sẽ chẳng còn phải chịu đau khổ hay vui sướng, cũng chẳng còn chịu sự cầm tù của thế xác nữa. Ở đó, cơ thể càng hèn kém thì đối tượng mà nó phục vụ lại càng ưu việt, bởi đối tượng ấy là lí trí và thần linh, còn cơ thể chỉ là bùn đất và cái chết.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Thế giới tâm hồn mới là giá trị của chủ thể

Nếu có người hỏi bạn: Khi cơ thể bạn sắp về với cát bụi, sinh mệnh sắp đến hồi kết thúc, bạn có thể nói được giá trị của cuộc đời mình ở đâu không? Câu hỏi này rất khó trả lời, bởi định nghĩa về giá trị của mỗi người không hề giống nhau. Marcus Aurelius cho rằng giá trị của con người không nằm ở thân xác mà ở tinh thần của chúng ta, điều này rất giống với quan điểm của triết gia vĩ đại Descartes, ông đưa ra ý tưởng “Tôi tư duy, nên tôi tồn tại” để trả lời cho câu hỏi “Giá trị là gì”.

Có một nhóm sinh viên đến Vatican tham quan Nhà thờ Thánh Peter nổi tiếng thế giới, ai cũng trầm trồ trước vẻ tráng lệ và sự hùng vĩ của kiến trúc. Đúng lúc ấy, thầy giáo bỗng hỏi: “Lúc này các em đang nhìn thấy gì?” Một sinh viên đáp: “Em nhìn thấy kí tích trong lịch sử kiến trúc của loài người.” Một sinh viên khác nói: “Em nhìn thấy lịch sử, thấy hình bóng những người công nhân xây dựng đang vất vả làm việc.” Những câu trả lời đó đều chưa làm thầy giáo vừa ý.

Cuối cùng, một sinh viên nói: “Cái em nhìn thấy không phải là nhà thờ, mà là hình ảnh sống động của Da Vinci, Michelangelo và Raphael. Khi em chạm vào mỗi viên gạch nơi đây, dường như em đang trò chuyện với các bậc đại sư.” Câu trả lời này khiến thầy giáo mỉm cười hài lòng. Đúng vậy, Nhà thờ Thánh Peter là công sức của biết bao nghệ sĩ, từng bức tường, từng viên gạch nơi đây đều là tác phẩm của họ, dù từ lâu họ đã không còn trên cõi đời này nhưng di sản mà họ để lại vẫn khiến cho hậu thế phải nghiêng mình ngưỡng mộ trước nghệ thuật thời kì Phục Hưng. Đây chính là giá trị tinh thần, giá trị trường tồn mặc cho sự tiêu tan của xác thịt.

Trong thời đại vật chất ngày nay, chúng ta khó có thể biết được điều gì là vĩnh hằng, là trường tồn với thời gian. Người ta đè xứng theo đuổi niềm vui nhất thời mà bỏ qua sự tu dưỡng tinh thần, nhưng những người thực sự có trí tuệ lại luôn suy nghĩ: “Ta phải làm gì để không sống hoài sống phí?” Không nhất thiết phải khiên đời sau nhớ đến thì sự tồn tại của chúng ta mới có ý nghĩa, quan trọng là ta có mong muốn được tư duy, suy nghĩ hay không. Nếu chúng ta có thể nhìn thế giới bằng con mắt của Aurelius thì cuộc sống sẽ ngày càng thêm phong phú.

Giá trị của vĩ nhân



### Hippocrates



Thầy thuốc nổi tiếng của Hi Lạp cổ, được mệnh danh là "Cha đẻ của y học". Ông là người sáng lập ra nền y học hiện đại, quan điểm y học của ông có ảnh hưởng to lớn với hậu thế.



Tất cả bác sĩ trước khi bước vào hành nghề đều phải đọc thuộc lời thề Hippocrates.

### Alexander



Nhà quân sự nổi tiếng của Hi Lạp cổ, từng thống lĩnh binh mã tiến hành nhiều cuộc chinh phạt, gây dựng nên đế quốc rộng lớn và hùng mạnh nhất trên thế giới.



Danh xưng "Người đi chinh phục" được ra đời để dành cho ông, thư viện Alexandria do ông lập ra từng có đóng góp to lớn cho sự giao lưu văn hóa của nhân loại.

### Heraclitus



Triết gia nổi tiếng của Hi Lạp cổ, ông cho rằng "Lửa" chính là nguồn gốc của vạn vật và giữ quan điểm "Vũ trụ luôn biến đổi không ngừng".



Bạn có thể không biết đến tên ông, nhưng có thể bạn đã từng nghe đến câu danh ngôn "Không ai có thể tắm hai lần trên một dòng sông".

### Democritus



Triết gia nổi tiếng của Hi Lạp cổ, người đầu tiên đưa ra Thuyết nguyên tử (Vạn vật trên thế giới đều được tạo thành từ các nguyên tử), là người theo chủ nghĩa duy vật.



Sau vô số lần nghiệm chứng, người ta phát hiện ra rằng Democritus sớm đã biết được chân lí này.

### Socrates



Triết gia nổi tiếng của Hi Lạp cổ, được mệnh danh là người có trí tuệ nhất. Để bảo vệ niềm tin của mình, ông đã quyết uống rượu độc mà chết.



Ta là kẻ vô tri, thế nên ta mới phải theo đuổi trí tuệ.

### Bài học quan trọng

*Không mấy người có thể lưu danh sử sách và được người đời sau nhớ đến. Vốn dĩ chỉ có một số ít người có thể trở thành vĩ nhân, nhưng chúng ta không thể vì thế mà từ bỏ nỗ lực tạo nên giá trị tinh thần. Tồn tại không phải vì người khác mà là vì chính bản thân ta.*

### Nguyên văn

Khi bạn không có ý định lấy phúc lợi xã hội làm mục tiêu của tư tưởng, thì đừng lãng phí thời gian còn lại của mình trên đời này để nghĩ cho người khác. Bởi lẽ, khi bạn có suy nghĩ như vậy, bạn sẽ mất đi cơ hội làm những việc khác. Người này đang làm gì, tại sao lại làm thế? Anh ta nói gì, nghĩ gì, tranh luận điều gì? Chú ý đến những điều kể trên sẽ khiến chúng ta bỏ qua việc quan sát những sức mạnh chỉ phái chính bản thân mình.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Thành công không phụ thuộc vào ý kiến của người khác mà chính nhờ sự nỗ lực của bản thân ta

Bị người khác bàn luận là chuyện khó tránh khỏi, chẳng khác gì việc chúng ta cũng đi bàn luận về người khác vậy. Có lúc, chúng ta sẽ cảm thấy vui sướng vì được khen ngợi, có lúc buồn bã vì bị chê bai. Vậy phải ứng xử thế nào với ý kiến của người khác? Đáp án là giữ vững lập trường của mình, ý kiến của người khác chỉ dùng để tham khảo mà thôi. Trong suy nghĩ của Marcus Aurelius, ngoài những việc liên quan đến phúc lợi xã hội thì cần hỏi ý kiến của người khác, còn lại đều nên tự mình quyết định, không nhất thiết phải lãng phí thời gian vào việc phán đoán suy nghĩ của người khác.

Có một học giả nổi tiếng người Đức, khi còn trẻ ông không được coi trọng, chẳng những sống bừa bãi mà ông còn tùng vào tù nữa. Nhưng đến năm 30 tuổi, ông bỗng tỉnh ngộ, bắt đầu chuyên tâm nghiên cứu văn học. Quả nhiên trời không phụ lòng người, năm 36 tuổi, ông đã công bố tác phẩm của riêng mình, còn trở thành giáo sư của đại học Frankfurt.

Khi đến trường đại học, ông nhận ra những lời phê bình về mình còn nhiều hơn cả lời khen ngợi. Báo chí địa phương công khai những vết nhơ của ông thời trẻ, nhiều giáo sư trong trường tỏ ý không bằng lòng, thậm chí có người còn nói: "Trường đại học là nơi thiêng liêng, sao có thể cho hạng người như vậy lẩn vào được, thật chẳng ra làm sao cả!" Trước những lời chỉ trích nặng nề ấy, vị học giả này vô cùng bối rối, ông tỏ ý muốn rời trường. Hiệu trưởng biết chuyện nói: "Tôi tưởng là chuyện gì ghê gớm lắm, hóa ra chỉ là vài người ghen ghét ông! Ông không biết những kẻ không bị ghen ghét đó kí là những kẻ vô dụng sao? Hơn nữa, chẳng phải học sinh rất thích nghe ông giảng ư? Tại sao ông phải để tâm đến những người chẳng liên quan gì với mình?" Lời thày hiệu trưởng khiến ông bừng tỉnh, ông liền cười nói: "Đúng thế! Khi tôi chẳng chút tiếng tăm, sao chẳng ai đến chê bai, chỉ trích? Càng nhiều người đó kí với tôi chứng tỏ tôi càng thành công!"

Nhiều khi chúng ta cảm thấy phiền muộn, không biết phải làm sao, chính là vì ta đã quá để tâm đến ý kiến của người khác. Có lúc người khác nói ta không làm được, ta liền thất vọng, chán nản mà bỏ cuộc. Nếu đó là quy luật tự nhiên thì thế giới này sao lại có được những phát minh như của Edison, càng không có tàu hỏa của Stephenson, cũng chẳng thể sản sinh ra những kỉ tích khiến bao người kinh ngạc được. Có thể thấy rằng những gì người khác nói không quan trọng, bất kể người ấy có ý tốt hay xấu, chúng ta cũng đều phải giữ vững mục tiêu của mình, chỉ có vậy mới đạt được thành công.

Đối mặt với ý kiến của người khác như thế nào



## Những ý kiến dễ nghe

Không thể vì người khác nói dễ nghe mà ta tiếp nhận hết ý kiến của họ. Phải phân tích kỹ càng xem điều đó có thực sự có ích cho ta không.



Thích nghe lời hay ý đẹp là bản tính của con người, nhưng một người có trí tuệ thì nhất định phải biết phân biệt đâu là lời nói thật, đâu là lời giả dối.

## Những ý kiến khó nghe

Cho dù rất phản cảm nhưng ta nhất định không được nổi nóng, có thể trong những lời khó nghe ấy có một phần sự thật.



Sự thật mắng lòn, chúng ta có thể không quan tâm đến những lời bông gió ác ý, nhưng cũng không thể làm ngơ trước những lời phê bình, chỉ trích có giá trị.

### Bài học quan trọng

*Muốn thành công phải kiên trì, mà sự kiên trì thì lại bắt nguồn từ sự tự tin. Nếu chúng ta có lòng quyết tâm trước sau như một thì nhất định phải tin vào khả năng của mình, đừng bao giờ xem thường bản thân, một người xem thường chính mình sẽ chẳng bao giờ được người khác nhận và khen ngợi.*

## Nguyên văn

*Đừng miễn cưỡng làm việc, đừng coi thường lợi ích xã hội, đừng quyết định mà chưa suy nghĩ kỹ, đừng phân tâm, đừng vò nuốt học vấn dày mình mà đánh mất đi tư tưởng của chính mình, cũng đừng trở thành người nói nhảm hay bận rộn suốt ngày. Hãy để vị thần trong trái tim bạn trở thành người bảo hộ cho mình; hãy là một người có sinh mệnh, một người đàn ông đủ trưởng thành để tham gia chính trị, là một người La Mã, một người thống trị. Người thống trị ấy cũng giống như một người đang chờ đợi được đánh thức khỏi cuộc sống để chấp nhận vị trí của mình, không cần chờ ước cũng không cần người khác làm chứng. Đồng thời, người ấy cũng vui vẻ, không cần sự giúp đỡ hay an ủi của người khác. Cứ thế, người ấy hoàn toàn có thể đứng vững một mình mà không cần người khác phải nâng đỡ.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Làm những việc mình thích mới có thể đạt được thành công

Nhiều người có một đặc điểm chung là “Làm nghề nào, ghét nghề ấy”, đôi khi không biết bao nhiêu việc mà vẫn không tìm ra nghề vừa ý, có người lại không hay đổi việc nhưng suốt ngày than vãn: “Công việc của tôi chán ngắt, cuộc sống chẳng có ý nghĩa gì cả.” Marcus Aurelius đã giúp chúng ta đưa ra giải pháp: Đã làm việc thì phải tự nguyện, nếu không thì dù bận bịu hay kêu ca thế nào cũng đều là vô nghĩa. Vậy phải làm thế nào để công việc trở nên thú vị?

Có hai thanh niên cùng xin ứng tuyển vào một công xưởng sản xuất xe hơi. Ban đầu, họ chỉ được làm công việc lắp ráp 12 tiếng mỗi ngày, hầu như không có thời gian nghỉ ngơi. Một thời gian sau, một trong hai cậu thanh niên nói: “Tôi không muốn lãng phí cuộc đời vào công việc vô vị này nữa.” Người kia nói: “Công việc này tuy mệt nhưng nhìn thấy những chiếc xe do chính tay mình lắp ráp được xuất xưởng, tôi cảm thấy có thành tựu đây chứ!” Cậu thanh niên thứ nhất vẫn quyết ý ra đi, còn người kia tiếp tục ở lại. 5 năm sau, cậu thanh niên bỏ đi mặc dù đã đổi qua rất nhiều công việc khác nhau nhưng sự nghiệp vẫn không có gì khởi sắc. Một hôm, cậu gặp lại người bạn làm cùng công xưởng ngày nào, người ấy nay đã trở thành quản đốc, chuẩn bị thăng chức lên giám đốc.

Nhiều người sẽ nghĩ: Lắp ráp linh kiện ô tô là công việc vô cùng buồn tẻ, cũng giống như máy móc làm những việc lắp đi lắp lại, hơn nữa cứ làm như vậy thì có ý nghĩa gì? Nhưng người thanh niên kia đã tìm thấy niềm vui trong công việc đó, lại không ngừng tiến bộ, vì thế sự nghiệp đương nhiên sẽ ngày càng thuận lợi.

Đường Tuán - “Vua làm thuê” nổi tiếng Trung Quốc đã từng nói: “5 năm đầu mới đi làm, đừng bao giờ đe nghị ông chủ tăng lương mà hãy xem liệu mình có thể học thêm được điều gì không.” Trên con đường sự nghiệp, chỉ có người kiên trì và yêu công việc mới giành được thành công. Có thể vì những lí do khách quan mà ta không thể làm việc mình yêu thích nhất, nhưng điều đó không ngăn ta tìm ra niềm vui trong công việc hiện tại. Chỉ có làm việc mình thích mới có thể phát huy năng lực tiềm tàng của bản thân, thế nên, khi bạn thấy công việc của mình vô vị, hãy tĩnh tâm suy nghĩ: Công việc này thật sự chẳng có chút ý nghĩa nào không?

Những người biết tận hưởng niềm vui  
trong công việc

Tuy công việc bận rộn, phức tạp nhưng tôi thấy rất vui vì có thể chia sẻ nỗi lo với mọi người.



Tuy phải phơi mình dưới nắng gió, vô cùng mệt mỏi nhưng tôi cảm thấy tự hào vì xây nên những tòa nhà chọc trời từ bãi đất bằng.



Tuy phải làm việc từ sáng sớm, công việc vất vả nhưng tôi thấy vui vì đã đem lại cho mọi người một môi trường xanh, sạch, đẹp.



Tuy phải nghe điện thoại liên tục và đau đầu vì nhiều vấn đề nhưng tôi cảm thấy được an ủi vì đã giải đáp được rất nhiều thắc mắc cho khách hàng.



### Bài học quan trọng

*Được làm công việc mình yêu thích là điều rất may mắn, nhưng nếu không được như vậy thì cũng đừng than thân trách phận. Bạn hãy tiếp tục tìm kiếm công việc mình mơ ước, nếu không được thì hãy cố gắng tìm niềm vui trong công việc hiện tại. Dù làm vất không khiến sự nghiệp có khởi sắc nhưng ít nhất cũng có thể giúp bạn thay đổi tâm trạng, bởi tâm trạng tốt có thể mang lại vô số cơ hội cho bạn.*

## Nguyên văn

Trong cuộc sống, có thể bạn phát hiện ra có những sự vật tốt hơn cả chính nghĩa, chân lí, tiết chế và nhẫn nại, đồng thời phát hiện ra những sự vật còn tốt hơn cả cảm giác tự thỏa mãn trong tâm hồn mình, cảm giác ấy có thể khiến bạn hành động đúng đắn theo lí trí cho dù trong tình huống bạn không được lựa chọn đi chăng nữa. Tôi có thể nói rằng, nếu bạn gặp được những điều tốt đẹp hơn ấy thì hãy dốc hết tâm sức để theo đuổi và tận hưởng niềm vui trong những thứ mà bạn cho là tốt đẹp ấy... Vì thế, theo tôi, bạn phải chọn những thứ tốt đẹp hơn ấy, đồng thời kiên trì theo đuổi chúng – thường thì bạn sẽ coi những thứ có ích là những thứ tốt đẹp hơn, vậy thì, nếu chúng có ích như lí trí bạn mách bảo thì hãy theo đuổi chúng; nhưng nếu chúng chỉ có ích theo cảm tính bạn thì phải từ chối chúng, đừng để sự kiêu ngạo dẫn đường cho phán đoán của mình mà hãy nghiên cứu bằng phương pháp đúng đắn hon.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Không dễ dàng tin lời người khác mới có được những kiến giải độc đáo

Triết gia nổi tiếng của Hi Lạp cổ Aristotle từng có câu nói nổi tiếng như sau: “Tôi yêu thầy tôi, nhưng tôi càng yêu chân lí.” Ông chính là học trò của học giả nổi tiếng Plato. Vào thời ấy, quan điểm học thuật của Plato được đánh giá rất cao, nhưng trong quá trình nghiên cứu, học tập, Aristotle phát hiện ra những quan điểm của mình có phần khác với thầy. Ông kiên quyết giữ quan điểm của mình, cuối cùng giành được sự đồng thuận của không ít người, tạo dựng nên một phân nhánh của riêng mình trong giới học thuật Hi Lạp, được mệnh danh là một trong “Tam hiền” (“Tam hiền” của Hi Lạp gồm Socrates, Plato, Aristotle). Thực ra, điều này chính là những điều mà Marcus Aurelius từng nói: Nếu bạn phát hiện ra chân lí tốt hơn những điều mà mọi người thường công nhận thì hãy kiên trì đến cùng.

Trước đây có một vị học giả người Mĩ đến tham quan trường học ở một quốc gia nọ. Ông phát hiện thấy kỉ luật trong lớp học ở đó cực kì tốt, giáo viên giảng bài, học trò đều ngồi ngay ngắn nghe giảng, còn rất lễ phép giơ tay xin phát biểu ý kiến nữa. Mỗi khi có bạn phát biểu xong, học trò ngồi dưới lại đồng loạt vỗ tay. Thấy vậy, vị học giả thốt lên: “Trẻ em ở đây thật tuyệt vời, 10 năm nữa các em nhất định vượt qua trẻ em Mĩ, tới lúc đó, quốc gia này cũng sẽ vượt qua Mĩ, trở thành cường quốc số một thế giới.” Nhưng 10 năm đã trôi qua, lời dự đoán ấy vẫn chưa trở thành hiện thực. Tại sao? Chính là do chế độ giáo dục của nước này đã giàn tiếp giết chết khả năng sáng tạo của trẻ em. Những kiến thức mà thầy cô giảng trên lớp được các em tiếp thu hoàn toàn, khi kiểm tra cũng không có gì thay đổi, đáp án đúng chỉ có một mà thôi. Vì thế mà tuy học trò ở đây làm bài rất tốt nhưng tư duy lại thiếu sự sáng tạo, khó hình thành kiến giải của riêng mình, cứ như vậy, khoa học kĩ thuật của đất nước họ cũng khó có được sự phát triển đột phá. Tương tự như vậy, nếu trong học tập và làm việc, chúng ta không tìm tòi thay đổi, không nảy sinh những quan điểm riêng biệt mà luôn suy nghĩ rập khuôn, cứng nhắc thì cũng khó lòng thành công được. Có câu “Tin sách, chẳng thà không có sách” chính là nhấn mạnh ý đó, chúng ta không những phải học cách tiếp thu kiến thức mà còn phải hiểu cách tạo ra kiến thức.

Rèn luyện tư duy sáng tạo

### Rèn luyện tư duy trừu tượng

Tư duy trừu tượng hay còn gọi là tư duy logic, cũng chính là sự phán đoán được đưa ra trên cơ sở của khái niệm, lí thuyết.

### Rèn luyện tư duy liên tưởng

Xuất phát từ một mục tiêu, tìm tòi theo nhiều con đường khác nhau để có được nhiều đáp án.

### Rèn luyện tư duy ngược lại

Bắc bỏ những quan niệm không còn phù hợp, thông qua con đường ngược lại để tìm kiếm đáp án và kết luận.



Sự ra đời của  
kiến thức

- Học một cách có hệ thống những kiến thức trong sách vở, sau đó hình thành quan điểm của riêng mình.
- Tích lũy kiến thức và quan điểm từ cuộc sống hàng ngày.



Tiến hành gia công có chọn lọc những kiến thức đơn lẻ ấy, cuối cùng tạo ra những quan điểm của riêng mình, kiến trì như vậy, kiến thức mới sẽ ra đời.

### Bài học quan trọng

*Chúng ta không chủ trương hùa theo đám đông, điều ấy không có nghĩa là phải có thái độ nghi ngờ đối với bất cứ chuyện gì, mà nó có nghĩa là trong học tập và làm việc, chúng ta cần phải hình thành thói quen “Tôi cho rằng”. Làm một người có chính kiến thì mới có thể thành công, nếu không ta chỉ mãi sống cuộc đời bận rộn qua ngày mà thôi.*

## Nguyên văn

*Hãy vứt bỏ mọi thứ, chỉ giữ lại ít thứ mà thôi; ngoài ra, hãy nhớ rằng: Mỗi một người đều tồn tại trong thời điểm hiện tại, hiện tại là thứ không thể phân chia được, còn những giai đoạn khác trong cuộc đời ta nếu không phải đã qua đi thì là vẫn chưa xác định được. Vì thế, thời gian tồn tại của mỗi người đều rất ngắn ngủi, ta sống trong một góc nhỏ trên Trái đất, danh tiếng tồn tại lâu dài nhất sau khi chết cũng chỉ hữu hạn, thậm chí danh tiếng đó chỉ có thể được lưu truyền bởi lớp lót hậu thế thương xót ta mà thôi. Những người đó rồi cũng nhanh chóng chết đi, họ thậm chí không biết đến bản thân mình chứ đừng nói đến những người sóm đã không còn trên cõi đời này nữa.*

*Khi bạn làm công việc trước mắt của mình, bạn phải tôn trọng lí trí, tinh thần sáng khoái, chuyên tâm làm việc, không phân tâm vì bất cứ chuyện gì, giữ gìn phần thuần khiết trong tâm hồn bạn như thể cuộc đời bạn vậy. Nếu bạn kiên trì làm được điều này, không sợ hãi trước bất cứ dục vọng nào, thỏa mãn những hoạt động phù hợp với bản chất mình, thỏa mãn với sự chân thành và dũng cảm trong từng câu từng từ bạn nói ra, thì bạn sẽ có thể sống hạnh phúc. Không ai ngăn cản được bạn khỏi điều này.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Nắm bắt được trọng điểm mới có thể làm nổi bật điều đặc biệt

“Đạo này bận lâm” đã trở thành câu cửa miệng của người hiện đại, dường như bận rộn đã trở thành chủ đề chính trong cuộc sống. Mọi người bận đến vậy, phải chăng những người bận rộn ấy đều là những người thành đạt? Thực ra, “bận” có thể phân làm hai kiểu, một kiểu gọi là “bận không đâu”, nghĩa là làm việc không có mục đích, kết quả là mọi việc chẳng những không được xử lý tốt mà ngược lại còn loạn hơn lên; kiểu thứ hai là “bận có trọng tâm”, nghĩa là nắm rõ mức độ nhanh chậm, nặng nhẹ của công việc để phân bổ thời gian hợp lí.

Một nhân viên bán hàng nọ luôn lăng lẽ làm việc. Một hôm, do điều động nhân sự mà người ấy trở thành trợ lí giám đốc. Vì khi còn bán hàng, doanh số bán hàng của anh ta không được tốt nên chẳng được mấy người xem trọng. Nhưng chẳng bao lâu sau, anh ta lại một bước được thăng chức lên trưởng phòng nhân sự. Nhiều người thắc mắc, thậm chí có người còn nghi ngờ anh ta chạy chọt, móc nối quan hệ để thăng tiến, còn có lời đồn đại anh ta là họ hàng thân thích của Chủ tịch Hội đồng quản trị nữa.

Một hôm đang họp thì Chủ tịch Hội đồng quản trị bỗng bảo anh ta đưa sổ ghi chép cho mọi người chuyền tay xem. Mọi người vô cùng bối rối, hóa ra, anh ta có thói quen hàng ngày đều liệt kê ra những việc phải làm rồi sắp xếp theo mức độ cần thiết của công việc đó, cứ làm xong một việc lại lấy bút gạch đi. Chủ tịch nói: “Thói quen này không có gì đặc biệt, nhưng nếu kiên trì làm vậy hàng ngày thì nhất định có thể trở thành một nhân viên xuất sắc. Nói về năng lực, anh ta không phải người giỏi nhất; nói tới thông minh tài trí, anh ta cũng chẳng hơn người nào ngoài đây, nhưng anh ta lại kiên trì làm được điều mà rất ít người có thể làm được.”

Quan điểm của Aurelius về “Làm việc” hoàn toàn trùng hợp với người nhân viên bán hàng đó. Thời gian và sức lực của mỗi người đều có hạn, những người thực sự có năng lực nhất định sẽ lợi

dụng thời gian có hạn để làm được càng nhiều việc hơn. Để nâng cao năng suất làm việc, họ thường dành thời gian cho việc quan trọng nhất. Chỉ có nắm vững trọng điểm cốt yếu mới có thể giải quyết nhanh chóng vấn đề. Vì vậy, khi chúng ta bị bối rối trước nhiều vấn đề, hãy tự hỏi mình: Trước mắt chuyện gì là quan trọng nhất?

**1 ngày của 2 nhân viên**

Sáng

Dậy đúng giờ, vệ sinh cá nhân, ăn sáng, sau đó ra khỏi nhà đúng giờ, đến công ty sớm nửa tiếng, liệt kê ra những việc cần làm trong ngày, lập kế hoạch sơ bộ.



Ngủ nướng, dậy rất muộn, không kịp ăn sáng mà vội vàng đi làm. Suýt nữa thì đến muộn, còn mệt bở hơi tai nữa.

Trưa

Buổi sáng liên hệ xong với khách hàng, xem bản đồ, đi thăm khách hàng theo thứ tự từ gần đến xa của lộ trình. Trưa ăn cơm xong nếu có thời gian thì nghỉ ngơi một lát.



Cả buổi sáng bận bịu làm những việc hôm qua còn chưa hoàn thành, lại không có trình tự nào cả nên đến trưa mà vẫn chưa làm xong, đành dùng thời gian nghỉ trưa để làm việc.

Chiều

Gặp khách hàng xong, về công ty sắp xếp lại các ghi chép, phân tách những việc đã làm với việc chưa làm, ghi chú rõ ràng trong sổ làm việc những việc nào cần ưu tiên hoàn thành trước. Do sắp xếp thời gian hợp lí nên có thể tan sở đúng giờ.



Tiếp tục bận rộn xử lý những công việc buổi sáng, do thời gian buổi chiều có hạn nên chỉ gặt được vài khách hàng mà lại không có hiệu quả, cuối cùng phải cắm đầu làm thêm giờ. Những việc hôm nay chưa làm xong lại dồn đến ngày mai.



### Bài học quan trọng

Có người nói “Kế hoạch chỉ là kế hoạch, thực tế luôn có thể thay đổi”. Quả thực, có những tình huống mà chúng ta dù dự tính thế nào cũng không thể chính xác được, nhưng cái tốt của kế hoạch là khi gặp phải chuyện xảy ra bất ngờ, chúng ta đã chuẩn bị sẵn tâm lí, biết ngay chuyện gì có thể để làm sau, chuyện gì bắt buộc phải giải quyết ngay, mọi chuyện vẫn đâu vào đấy, không hề lộn xộn.

## Nguyên văn

*Cơ thể, tâm hồn, lí trí: Cảm xúc thuộc về cơ thể; sở thích thuộc về tâm hồn; nguyên tắc thuộc về lí trí. Ân tượng về hình thức có được qua hiện tượng – thám chí năng lực này các loài động vật cũng có thể có được. Bị thôi thúc bởi một chuỗi những dục vọng – thứ vừa thuộc về động vật hoang dã lại vừa thuộc về loại đàn ông tự biến mình thành đàn bà, tựa như một bạo chúa Phalaris hay Nero... Cho dù mọi người không ai tin rằng anh ta có một cuộc sống đơn giản, khiêm tốn và thỏa mãn, nhưng anh ta cũng không bao giờ cảm thấy giận dữ vì bất cứ ai, cũng không đì chêch khỏi quỹ đạo đó cho đến cuối cuộc đời. Vì thế, một người nên rời khỏi cuộc đời này một cách thuần túy, an tĩnh và vui vẻ, không có bất kì sự cưỡng ép nào mà yên tâm tuyệt đối với cuộc đời mình.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Biết kiềm chế mới có được nhiều cơ hội

Theo Marcus Aurelius, một người trưởng thành và khiêm nhường, sẽ không bao giờ giận dữ vì bị người khác hiếu làm. Điều đó có nghĩa là, người thực sự thành công thì nên biết cách kiềm chế bản thân. Điều này nói thì dễ nhưng làm lại khó vô cùng. Đặc biệt là khi chúng ta phải đối mặt với rất nhiều khó khăn mà tâm trạng lại không tốt thì khó tránh khỏi nổi giận vô lí. Nếu muốn có được nhiều cơ hội và mối quan hệ hơn nữa thì bắt buộc ta phải học cách kiềm chế.

Có một cậu bé tính tình rất xáu, hơi chút là đỏ mặt tía tai, lớn tiếng lí luận, hơn nữa lại hay mắc lỗi, những đứa trẻ quanh đó đều không muốn làm bạn với cậu ta. Hôm đó, cha đưa cho cậu một túi đinh lớn và nói: “Bắt đầu từ hôm nay, mỗi lần nổi nóng con hãy đóng một cái đinh lên cột.” Ngày đầu tiên, cậu bé phát hiện ra mình đóng tất cả 37 cái đinh thì vô cùng kinh ngạc. Cha cậu nói: “Giờ thì con biết tính khí mình xáu thế nào rồi chứ, vậy con hãy thử cố gắng bớt đi số đinh phải đóng mỗi ngày nhé!” Ngày hôm sau, cậu bé cố gắng kiềm chế cảm xúc, chỉ phải đóng 27 cái đinh, ngày thứ ba số đinh chỉ còn là 17 cái, một tuần sau thì chỉ còn 1 cái.

Nhin thấy thành tích mình đạt được, cậu bé phấn khởi lắm, cha cậu lại nói: “Từ ngày mai, cứ mỗi một ngày không nổi nóng, con hãy nhô đi một cái đinh.” Một tháng sau, cuối cùng thì cậu bé cũng đã nhô được hết chỗ đinh đã đóng. Trong quá trình đó, cậu trở nên điềm đạm, ôn hòa, khi gặp chuyện không còn nồng nỗi như trước mà đã biết bình tĩnh tìm ra cách giải quyết. Những bạn nhỏ trước đây sợ cậu cũng đã kết bạn lại với cậu. Thực ra cách mà cha dạy cậu bé cũng được vận dụng rất nhiều trong việc trị liệu tâm lí, nhiều bác sĩ tâm lí đã sử dụng phương pháp tương tự để khiến những người tính tình nóng nảy học cách bình tĩnh lại.

Kì thực, quá trình giao tiếp với người khác còn tốt hơn nhiều việc đóng đinh vào cột. Nếu bạn không học được cách kiềm chế bản thân, không nổi nóng thì cũng là mỉa mai người khác, cứ như vậy thì dần dần sẽ khiến bạn trở thành một người “gai góc đầy mình”, không ai dám lại gần. Khi thời đại mà các “mối quan hệ” trở thành viên gạch lót đường cho thành công thì cách đối nhân xử thế của chúng ta cũng phải đi kịp với thời đại, một người khiêm tốn, ôn hòa, thấu hiểu lòng người sao có thể không được mọi người yêu mến và chào đón chứ?

### Bí quyết kiềm chế cảm xúc

## Để đầu óc được nghỉ ngơi - dừng hoạt động

Khi bạn cảm thấy mình sắp nổi nóng, hãy lập tức chuyển hướng chú ý. Ví dụ, khi bạn bức bối với đồng nghiệp vì chuyện sắp xếp thời gian hoạt động của công ty không như ý, hãy thu xoa bỏ thông tin đó ra khỏi đại não, để đầu óc bình tĩnh lại. Bởi có những chuyện chỉ cần qua thời gian thì sẽ chẳng đáng cho ta phải bức mình nữa.

HOẠT ĐỘNG  
LẦN NÀY ĐƯỢC  
XẾP VÀO NGÀY  
THỨ TƯ.

THỨ TƯ Á! HÔM ĐÓ TRÙNG  
VÀO SINH NHẬT NGƯỜI YÊU  
MÌNH! LÀM SAO ĐÂY.. THÔI  
VẬY ĐÂNG NÀO CŨNG  
SẮP ĐẾN KÌ NIỆM NGÀY  
HAI ĐÚA QUEN NHAU RỒI,  
GẶP CẢ HAI NGÀY VÀO  
CŨNG ĐƯỢC.



## Thay đổi môi trường

Đặt một chậu xương rồng cạnh máy tính có thể giúp bạn tránh bức xạ, đặt vài cành hoa cạnh đầu giường để hương thơm theo ta vào giấc ngủ.

Nếu bạn phát hiện ra dạo này tính khí mình rất khó chịu, hãy thử thay đổi môi trường xung quanh, ví dụ như đặt một chậu hoa hay đồ chơi trên bàn làm việc, thay đổi chỗ để sofa trong phòng khách ở nhà. Cảm giác mới lạ do thay đổi môi trường đem lại có thể giảm bớt những chuyện bức bối, không vui trong lòng.



## Tự ám thi

Trước khi nói ra những lời giận dữ, hãy có thói quen tự nhắc mình: Bình tĩnh, nhất định phải bình tĩnh. Lặp đi lặp lại vài lần thường sẽ có hiệu quả. Bởi sự kích động đôi khi làm lu mờ sự tinh táo của lí trí, điều chúng ta cần làm là nhân thời điểm ấy, trao quyền kiểm soát cho lí trí.

### Bài học quan trọng

Tính khí khó chịu đến mấy cũng có thể sửa đổi được, quan trọng là phương pháp thay đổi có thích hợp hay không. Ngoài ra, chúng ta cũng nên điều chỉnh tâm trạng của bản thân, đôi lúc phiền muộn không phải do tính khí mà do tâm trạng gây ra. Ví dụ, nhìn thấy đồng nghiệp có cơ hội thăng tiến, so với việc bức bối với người ấy, chẳng thà thành tâm chúc mừng họ, đồng thời khích lệ bản thân tiếp tục cố gắng hơn nữa.

ANH... (LÒNG TỰ  
NHỦ: BÌNH TĨNH!  
BÌNH TĨNH... THỰC  
RA TRÔNG ANH TA  
CÒN GIỐNG LỚN  
HƠN, HAHA)

CÔ ĐÚNG LÀ  
NGƯ NHƯ LỢN!



## PHẦN 4 > NHỮNG SUY NGÂM TRONG NGHỊCH CẢNH

Ai cũng phải vượt qua giông bão để giành được thành công, trên con đường tiến lên phía trước, chúng ta khó tránh khỏi bị khó khăn cản trở. Rốt cuộc nên đối diện với khó khăn bằng thái độ như thế nào? Bạn có thể tìm thấy đáp án trong phần này.

- Nghịch cảnh mang lại sức mạnh cho con người
- Đi tìm sức mạnh tâm hồn
- Đừng để những lời khen ngợi làm mờ mắt
- Tạo nên cuộc sống không than vãn
- Nhìn nhận ý kiến của người khác một cách lí trí
- Làm việc thiện trong khả năng cho phép
- Dừng việc tự giày vò bản thân
- Không ngừng học tập
- Chú ý sự liên kết giữa các sự việc



### 1 NGHỊCH CẢNH ĐEM LẠI SỨC MẠNH CHO CON NGƯỜI

#### Nguyên văn

Khi phần chi phối tâm hồn ta phù hợp với bản chất của mình, những chuyện xảy ra chính là những gì ta yêu thích, vì thế nó luôn dễ dàng khiến cho bản thân ta thích ứng với những điều có thể xảy ra và sẵn sàng đối diện với nó; nó không đòi hỏi bất kì cách thức nhất định nào, hơn nữa ở bất cứ điều kiện nào cũng luôn hướng về mục tiêu của mình, thậm chí nó còn giành được cho mình phương tiện từ những thứ đối lập với bản thân, cũng giống như ngọn lửa đón lấy những thứ roi vào bếp vậy. Ngọn lửa sẽ bị dập tắt bởi những thứ phía trên nó, nhưng khi ngọn lửa bùng cháy, nó sẽ

*nhanh chóng chiếm lĩnh và nuốt chửng những thứ phía trên mình, và chính những thứ trên áy đã khiến ngọn lửa càng bùng cháy lớn hơn nữa.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Biến nghịch cảnh thành động lực mới chính là bí quyết thành công

Marcus Aurelius chỉ qua việc quan sát đặc điểm của “lửa” đã đưa ra được quan điểm vô cùng triết lí: Có lúc, lửa sẽ bị dập tắt bởi những thứ chèn lên trên nó, nhưng một khi nó đảo ngược được tình thế thì sẽ càng cháy càng đượm, nuốt chửng mọi thứ. Điều này chẳng phải rất giống với con người trong nghịch cảnh sao? Những người đứng lên được trong nghịch cảnh sẽ thoát khỏi khó khăn, trở thành “người thành công”, còn những kẻ cúi đầu trước khó khăn chỉ có thể chấp nhận vận mệnh “lụi tàn” mà thôi.

Có một chàng trai từ nhỏ đã mơ ước trở thành vận động viên đua xe chuyên nghiệp. Lớn lên, cậu vượt mọi khó khăn, từ bỏ công việc với mức thu nhập rất cao, đánh đổi tất cả để theo nghiệp đua xe. Trời không phụ lòng người, vài năm sau, thành tích của cậu cuối cùng cũng khá hơn, còn được tham gia giải đua xe ở bang Wisconsin, Mĩ. Nhưng cậu lại gặp tai nạn trong giải đua đó, xe cậu va chạm với một xe khác và bốc cháy. Sau khi được giải cứu, tuy giữ được tính mạng nhưng toàn thân cậu bị bỏng lên đến 40%, đôi tay bị co lại rầm rộ. Bác sĩ thông báo cho cậu tin dữ: Cậu không thể tiếp tục lái xe được nữa.

Chàng trai dù thất vọng nhưng vẫn không bỏ cuộc, cậu chấp nhận phẫu thuật ghép da, tiến hành luyện tập để phục hồi chức năng. Sau khi ra viện, để khôi phục lại sự linh hoạt cho đôi tay, ngày ngày cậu đều luyện cho tay bằng bài tập nắm gậy, mỗi lần như vậy đều đau đớn thấu xương. Tiếp đó, cậu lại đi làm việc ở công trường để luyện sức mạnh cho tay bằng cách đẩy những xe đât nặng. Không đến một năm sau, chàng trai đã quay lại với trường đua. Có lẽ là định mệnh an bài, cậu lại đến đúng trường đua nơi xảy ra tai nạn lần trước, và cũng chính trong vòng đua 250 dặm, cậu đã vượt qua vô vàn khó khăn để giành được ngôi vị quán quân, được người người cổ vũ và mến mộ. Cậu trở thành tay đua huyền thoại trong làng thể thao Mĩ.

Khi gặp phải tai nạn, chàng trai kia cũng giống như ngọn lửa bị vùi dập, tưởng chừng đã tàn lụi hoàn toàn. Nhưng cậu không bỏ cuộc mà vẫn tiếp tục nung nấu ý chí, cuối cùng bùng cháy trở lại, đốt cháy những bất công của vận mệnh. Thủ hỏi: Một người với đôi tay tàn tật vẫn không từ bỏ ước mơ thì còn điều gì có thể ngăn cản anh ta được nữa? Bí quyết thành công của chàng trai thực ra vô cùng đơn giản: Thất bại là một dạng thử thách đồng thời cũng là động lực, chỉ cần ta quyết tâm thì có thể chuyển bại thành thắng.

### Thái độ trong nghịch cảnh quyết định tất cả

Nhiều khi ta không có cách nào tránh khỏi những khó khăn trở ngại bất ngờ ập đến, khiến ta trở tay không kịp.

Người bị quan

Coi thất bại như một sự trùng phạt đối với bản thân, từ đó trở nên chán nản, cảm thấy tương lai mù mịt, không

những không thể thoát khỏi nghịch cảnh mà còn mất đi niềm tin vào bản thân.



#### Người lạc quan

Coi nghịch cảnh là cơ hội rèn luyện bản thân, từ đó bắt đầu khai phá tiềm năng của bản thân, có gắng hơn người khác gấp nhiều lần, luôn hi vọng vào một tương lai tươi sáng.



Trong nghịch cảnh, có người gục ngã, có người đứng dậy tiếp tục tiến lên. Không ai thành công mà không một lần vấp ngã. Vì thế, một cuộc đời không vấp phải bất cứ khó khăn, trớ ngai nào thì đó là một cuộc đời không hoàn chỉnh. Thất bại không phải là sự trùng phạt mà là thử thách và cơ hội.

### Bài học quan trọng

Có một vị triết gia hỏi học trò của mình: Con người ta khom gối vì chuyện gì? Có người nói là vì thích nghi với cuộc sống, có người lại nói đó là kẻ yếu đuối. Cuối cùng, vị triết gia mới bảo một người học trò làm mẫu động tác nhảy xa, tới lúc ấy, mọi người mới vỡ lẽ: Nếu không khom lưng chùng gối thì sao có thể nhảy xa? Càng khom gối thì lại càng nhảy được xa.

## Nguyên văn

*Con người tìm cơ hội ẩn thân nơi rừng sâu núi thăm, trong mái nhà tranh; bạn cũng có khát khao như vậy. Nhưng đó hoàn toàn là dấu hiệu của kẻ phàm phu tục tử, bởi bất cứ khi nào muôn ẩn thân, bạn đều có thể làm vậy. Một người dù có lui về đâu cũng không thể bằng lui về tâm hồn mình, nơi yên tĩnh và không chút khổ đau, nhất là khi trong lòng người ấy cũng nghĩ như vậy, qua suy ngẫm, anh ta có thể ngay lập tức lui về nơi yên tĩnh trong tâm hồn mình. Ta kiên quyết cho rằng: Yên tĩnh chính là sự ngăn nắp của tâm hồn. Vậy, bạn hãy không ngừng để mình lui về chốn nương náu trong tâm hồn, làm mới bản thân, biến nguyên tắc của mình trở nên đơn giản và cơ bản hơn, như thế hễ khi bạn cần đến, chúng đều có thể khiến bạn vứt bỏ mọi phiền muộn nhờ sự tĩnh lặng trong tâm hồn. Bạn phiền muộn vì đâu? Vì sự độc ác của người khác? Hãy luôn ghi nhớ điều này trong tâm hồn: Những động vật có lí trí đều nương tựa vào nhau, nhẫn nhịn cũng là một phần của chính nghĩa, người ta vì vô tình mà làm điều ác; hãy nghĩ xem đã có bao người đê biu, nghỉ kị, thù hận, gây chiến với nhau rồi rốt cuộc, họ cũng đều chết đi và trở về với cát bụi. Nghĩ vậy chắc chắn sẽ khiến bạn bình tâm trở lại.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Cách giải quyết tốt nhất là đơn giản hóa vấn đề

Qua suy ngẫm, Marcus Aurelius phát hiện ra sức mạnh của tâm hồn, khi ông không thể giải quyết được chuyện gì hay gấp phải chuyện đau đầu, ông lại tự nhủ mình phải bình tâm lại, đơn giản hóa mọi chuyện phức tạp, nhờ vậy mà thoát khỏi sâu muộn. Thực ra, có ai trong chúng ta không phải mệt mỏi vì những chuyện phiền muộn trong cuộc sống? Khi ấy, ta nên làm thế nào để thoát ra?

Một nhà nghiên cứu xã hội học đã tiến hành thí nghiệm như sau: Mỗi ngày ông lại đem về nhà một đồ vật, dù thứ đó to hay nhỏ, có công dụng gì thì cũng phải bày trong phòng. Một tháng sau, ông nhận thấy nhà mình không có thay đổi gì rõ rệt, những thứ nhỏ như chậu cây cảnh hay tờ lịch treo tường ngược lại còn khiến cho căn nhà trở nên đẹp đẽ hơn. Lại một tháng trôi qua, ông phát hiện nhà mình bắt đầu trở nên hỗn loạn, dù ông có xếp đặt các thứ thế nào thì ngày hôm sau lại phải đau đầu tìm chỗ để đặt các đồ mới. Vài tháng sau, ông nhận ra nhà mình cực kì bừa bộn, chẳng những nhìn cũng thấy mệt mỏi mà còn khiến cho tâm trạng bức bối nữa. Thì là mỗi ngày, ông bắt đầu vứt bỏ một thứ, đến khi đồ vật cuối cùng biến mất, ông mới nhận thấy nhà mình hóa ra lại vô cùng thoái mái. Thí nghiệm này chỉ cho ta thấy một điều: Hãy làm cho tâm hồn mình luôn luôn được thoái mái.

Nếu chúng ta mệt mỏi vì công việc thì nhất định phải tìm cách giải quyết vấn đề cơ bản nhất, có lúc sau khi giải quyết được một vấn đề thì những chuyện khác cũng trở nên dễ dàng hơn rất nhiều. Nếu bạn có khúc mắc với bạn bè, hãy tự hỏi bản thân xem có phải là do tính khí mình quá khó chịu? Hãy sửa đổi và khiến cho quan hệ bạn bè dễ thở hơn. Phiền muộn càng tích càng nhiều, chỉ có hàng ngày xóa bớt sự khó chịu đó đi thì mới có thể khiến cho cuộc sống của ta thoái mái hơn.

### Cách đơn giản hóa vấn đề

### **Tìm ra nguyên nhân chính**

Trước khi giải quyết vấn đề, chúng ta nhất định phải tự hỏi mình: Nguyên nhân chính gây nên tất cả những chuyện này là gì?

### **Giải quyết những việc đơn giản trước**

Khi đối mặt với hàng loạt những chuyện đau đầu, đừng bắt tay vào việc khó nhất đầu tiên. Thường thì giải quyết trước những việc trong khả năng của mình sẽ khiến cho tâm trạng tốt hơn rất nhiều.



### Bài học quan trọng

Chúng ta thường tự mình tăng thêm gánh nặng cho bản thân. Không quên được những thất bại trước đó, làm việc gì cũng sợ sệt, cứ như vậy sao có thể thuận lợi trong mọi việc được? Vì thế, nếu chúng ta đã quyết tâm làm việc gì thì hãy quên đi mọi phiền não trong lòng, nếu không những phiền não sẽ ngày một nhiều thêm.

## Nguyên văn

Có thể một ngày nào đó, những khát khao danh vong sẽ giày vò bạn - hãy nhìn xem tất cả mọi việc đều bị quên lãng nhanh đến thế nào; hãy nhìn sự hỗn loạn của thời gian vô hạn trong quá khứ và tương lai; hãy nhìn sự sáo rỗng của những lời khen ngợi; hãy nhìn sự phán đoán dễ thay đổi và sáo mòn của những người hay đưa ra những lời khen giả tạo ca ngợi sự hận hẹp và phạm vi bị bó buộc, những điều ấy chắc hẳn sẽ khiến bạn tĩnh tâm trở lại! Bởi lẽ cả Trái đất này chỉ là một điểm nhỏ, nơi bạn sống cũng chỉ là một góc nhỏ xíu trên Trái đất, những thứ tồn tại trên đó lại càng bé nhỏ hơn, trong khi đó, những kẻ khen ngợi bạn là những người như thế nào?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Khi được khen ngợi, hãy giữ cho đầu óc luôn tinh táo

Một vị hoàng đế La Mã sẽ được nghe những lời khen ngợi, xu nịnh như thế nào? Chắc chắn bên cạnh Marcus Aurelius có không ít người luôn miệng ca tụng ông, rằng ông là đáng vạn năng, hết lòng vì nước vì dân. Trong môi trường như vậy, Aurelius hoàn toàn có thể trở nên tự phụ, không coi ai ra gì, nhưng tại sao ông lại có được những suy tư từ chính những lời khen ngợi ấy? Đó là bởi ông biết rằng, những lời khen ngợi ấy có liên quan đến địa vị của mình, nếu không có quyền lực thì mọi người có còn không tiếc lời ca tụng ông như vậy không?

Một người Ả Rập đi làm ăn ở nơi khác và trở nên vô cùng giàu có, khi vinh hiển trở về, ông nhận ra mình đã trở thành anh hùng trong mắt mọi người. Tình trưởng đích thân dẫn quan viên ra đón, còn tổ chức tiệc chào mừng ông trở về nữa. Những kẻ trước đây thường dè bỉu ông nghèo hèn nay cũng mặt mũi tươi cười chào đón, người anh từng đuổi ông ra khỏi nhà năm nào nay bỗng trở nên vô cùng thân mật, cầm tay ông ôn lại chuyện xưa, đến cả những nhà danh gia vọng tộc trong vùng cũng đến ướm lời khen ngợi. Ông ta cũng lâng lâng sung sướng, nghĩ mình đúng là một vị anh hùng đích thực. Nhưng một người bạn lại nói với ông rằng: "Anh đừng có kiêu ngạo, vinh hiển hôm nay không có nghĩa là vinh hiển mãi mãi." Câu nói này rất khó nghe khiến cho người Ả Rập không bao giờ để ý đến người bạn đó nữa.

Một năm sau, việc kinh doanh của người Ả Rập này gặp chút rắc rối, không còn phong tay tiêu tiền như trước nữa, cuộc sống của ông vì vậy mà cũng thay đổi rất lớn, những người trước đó từng hết lời tâng bốc ông không còn đến thăm, anh trai và chị dâu thay đổi hẳn thái độ, coi ông như cái gai trong mắt. Sau cùng, người bạn mà ngày trước từng nhắc nhở ông đã đến nhà tìm và hỏi ông có cần giúp đỡ gì không. Đến lúc ấy, người Ả Rập nọ mới hiểu ra rằng những lời ca tụng trước đó chỉ là những lời phù phiếm, người thực sự tốt với mình chỉ có mỗi người bạn đã từng cảnh cáo bằng những lời khó nghe mà thôi.

Không thể phủ nhận rằng ai cũng thích nghe lời nói ngọt, đó là bản tính của con người. Nếu chúng ta không suy nghĩ về sự phù phiếm phía sau những lời khen ngợi thì rất dễ giảm chân vào vết xe đổ của thương gia Ả Rập nọ. Những lời khen tặng thật lòng thì ta nên vui vẻ đón nhận, nhưng những lời ngọt ngào không phân thật giả thì phải thận trọng xem xét. Thực ra, bất kể những lời khen có thật tâm hay không, chúng ta cũng không thể từ bỏ mục tiêu của cuộc đời. Người thực sự có tầm nhìn sẽ không dừng bước trước những lời ca tụng, bởi họ biết giá trị của mình không chỉ nằm trong những lời ca tụng.

**Khen ngợi cũng là con dao hai lưỡi**

### Lời khen chân thành

Khiến ta tự tin, có niềm tin và động lực làm việc, thúc đẩy ta tiến về phía trước.

### Lời khen giả tạo

Khiến ta trở nên kiêu ngạo, thiếu nhận thức khách quan về bản thân, dễ khiến ta ngừng phấn đấu.

ĐÚNG ĐẦU LỐP TRONG KÌ THI NÀY CHÍNH LÀ THÀNH QUẢ NỔ LỰC BAO LÂU NAY CỦA EM!

ĐẦU CÓ, EM VẪN CHƯA THỰC SỰ PHẤN ĐẤU HẾT MÌNH Ạ.

ÔI! MÌNH BIẾT NGAY NGOÀI CẬU RA KHÔNG AI LÀM ĐƯỢC VIỆC ĐÓ MÀ!

THẬT U?



NHƯ VẬY CŨNG RẤT KHÁ RỒI, TIẾP TỤC PHÁT HUY NHÉ!

VÂNG Ạ!

AI MÀ KHÔNG BIẾT TÀI CỦA CẬU CƠ CHỨ?

HA HA...



Trước những lời khen chân thành, chúng ta phải giữ được bình tĩnh, đồng thời cần hiểu rằng, khen ngợi phải có sự tương hỗ, đừng tiếc lời khen trước ưu điểm của người khác.

Trước những lời khen sáo rỗng, giả tạo, chúng ta phải có khả năng phân biệt thật giả, bởi ẩn sau những lời khen tặng ấy có thể là mưu đồ xấu xa của kẻ khác.

### Bài học quan trọng

*Mong muốn được người khác công nhận là nhu cầu cơ bản của con người. Không ai không muốn được người khác khen ngợi, vì thế, đừng vì nghe lời khen giả dối mà phủ nhận những lời cảnh báo của người khác. Những lời khen phù hợp có thể khiến ta càng thêm tự tin, trở thành động lực tiến lên phía trước.*

## Nguyên văn

Những chuyện xấu xa do những người xấu làm, đó là chuyện rất tự nhiên. Nếu ai không đồng ý như vậy thì cũng chẳng khác gì nói cây sung không có nhựa. Nhưng dù thế nào cũng phải khắc cốt ghi tâm điều này: Chúng ta rời cũngh sẽ chết đi trong khoảng thời gian rất ngắn ngủi, thậm chí chẳng bao lâu sau đó, ngay cả tên ta cũng roi vào quên lãng. Vứt bỏ ý kiến của mình cũng chính là vứt bỏ những lời than trách kiêu: “Tôi bị tổn thương”, một khi đã vứt bỏ lời than “Tôi bị tổn thương” thì những tổn thương ấy cũng sẽ chẳng còn giá trị nữa.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Học cách không than vãn, cuộc sống sẽ càng thuận lợi hơn

Mỗi ngày, mặc dù phải đối mặt với đủ thứ chuyện, nhưng trong bận rộn của công việc, Marcus Aurelius vẫn tĩnh tâm suy ngẫm về vấn đề liên quan đến than vãn, quả thực đáng quý vô cùng. Kết luận cuối cùng của ông cũng đáng để ta học tập: lánh xa than vãn chính là không quá đắt giá vào mọi chuyện mà chỉ cần rộng lòng đón nhận thì tự nhiên sẽ không có chuyện gì khiên cho ta phải muộn phiền nữa.

Bậc thầy về nghệ thuật thành công - Napoleon Hill từng kể một câu chuyện trong buổi diễn thuyết của mình. Khi còn trẻ, ông vô cùng khao khát thành công, nghĩ đủ mọi cách để tìm ra con đường thành công nhanh nhất, nhưng sau vô số thất bại, ông phát hiện ra rằng, suy nghĩ “một bước lên trời” cực kì viễn vông. Trong những năm tháng lập nghiệp, Napoleon Hill đã nếm đủ mọi đắng cay của cuộc đời. Lần no, ông rất ưng ý một phương án hợp tác, bèn vô cùng tự tin đi tìm nhà đầu tư. Trong một tiếng đồng hồ nói chuyện, ông say sưa nêu lên những ưu thế của phương án ấy và phân tích mô hình lợi nhuận. Ông nói: “Chưa đến một năm, không những chúng ta có thể thu hồi vốn mà còn có thể tiếp tục nâng cao lợi nhuận.” Ai ngờ nhà đầu tư ấy do dự hỏi lâu rồi nói: “Để tôi suy nghĩ đã.”

Bước ra khỏi văn phòng của nhà đầu tư, Napoleon Hill biết rằng ước mơ của mình đã tan thành mây khói, nhà đầu tư sẽ không bỏ ra dù chỉ một đồng. Ông tự hỏi, chẳng lẽ vận mệnh cứ mãi trêu đùa mình mãi sao? Chính vào lúc sự nghiệp có chút khởi sắc thì lại gấp phai chuyện như vậy, thật là không công bằng! Ông càng nghĩ càng bức bối, một mình đi mãi đi mãi, đến bên bờ sông, bỗng ông nhìn thấy ánh tịch dương tuyệt đẹp soi bóng trên sông. Ánh mặt trời đỏ rực lúc chiều tà khiến tâm trạng ông trở nên tươi sáng. Tại sao ư? Hóa ra ánh tịch dương ngắn ngủi không hè tiếc nuối vì ánh sáng huy hoàng sắp tắt đi mà vẫn tỏa sáng rực rỡ, nói gì đến đời người còn dài đến vậy? Nhờ vậy mà ông thoát khỏi tâm trạng buồn phiền, tiếp tục tìm kiếm các nhà đầu tư khác, cuối cùng cũng đạt được thành công.

Hãy thử nghĩ xem, nếu Napoleon Hill cứ mãi than thân trách phận, oán trời không công bằng thì liệu ông có được thành công ngày hôm nay không? Có thể ông sẽ vẫn chìm trong sầu muộn, trở nên bi quan, oán thán mọi điều, ngoài việc than vãn thì không còn làm được gì nữa. Thực ra, để không oán thán cũng rất đơn giản, chỉ cần ta mở rộng lòng mình thì sẽ nhận thấy cả thế giới này ngập tràn ánh sáng huy hoàng.

Ba cách đối phó với than vãn

**Người hay tự  
trách mình**

Thường thiếu niềm tin vào bản thân, cho rằng mình không có khả năng, hay than phiền những vấn đề liên quan đến tính cách hay sở thích.

Học cách tiếp nhận bản thân. Không ai không có điểm tốt, chắc chắn ai cũng có chỗ hơn người. Hãy tìm đúng vị trí của mình và phát huy tiềm năng của bản thân.

**Người hay  
oán trách  
người khác**

Thường kiêu ngạo, cho rằng mình có thể làm tất cả mọi chuyện, hay xem thường người khác, thích chỉ trích và nổi nóng với người khác.

Học cách nhìn ra ưu điểm của người khác, đồng thời đánh giá bản thân một cách khách quan. Đừng tùy tiện coi thường người khác, cũng đừng suốt ngày dương dương tự đắc.

**Người hay  
than thân  
trách phận**

Chúng ta thường gặp loại người tin vào số phận kiểu này khi phải đối mặt với khó khăn hay thất bại. Họ thường cho rằng mình không thể chống lại số phận, nên đành phải chấp nhận mà thôi.

Số phận hoàn toàn có thể thay đổi được, quan trọng là bản thân ta có muốn hay không. Thay vì ngồi chờ chết, hãy thử nỗ lực hơn nữa, kết quả chắc chắn sẽ khác hẳn.

Ai cũng đã từng gặp phải "sự bất công", trong cuộc sống, ta khó tránh khỏi những khó khăn hay thất bại. Khi ấy, thay vì than vãn, hãy hành động để chống lại sự bất công.



### Bài học quan trọng

*Than vân không phải không có ích lợi gì, bình thường chúng có thể giúp giảm nhẹ áp lực trong lòng chúng ta, giải tỏa tâm trạng bức bách lâu ngày. Nhưng nhất định phải khống chế mức độ than vân, đừng luôn miệng oán thán, hãy biết kiềm chế bản thân và cố gắng làm tốt hơn nữa.*

## Nguyên văn

*Chúng ta nên lấy hai quy tắc này làm kim chỉ nam cho mình: Một là chỉ làm những việc mà lí trí chúng ta mách bảo, có liên quan đến lợi ích của người khác; hai là nếu xung quanh có người khiến bạn trở nên đúng đắn hơn và khiến bạn từ bỏ ý kiến thì hãy thay đổi ý kiến của mình. Nhưng sự thay đổi đó nhất định phải do sự thuyết phục nào đó, giống như việc thuyết phục những vấn đề như thế nào là công chính liêm minh, thế nào là phù hợp với lợi ích chung, chứ không phải vì sự thay đổi ấy khiến ta vui vẻ hay giúp ta có được danh vọng.*

*Bạn có lí trí không? Tôi có. Tại sao bạn không vận dụng nó? Liệu có phải vì khi muốn đi con đường đó, bạn lại mong muốn thứ khác không?*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Chỉ có người không ngừng tiếp thu ý kiến của người khác mới có thể tiến bộ

Quân vương một nước nếu biết tiếp thu thì chắc chắn sẽ có thể trở thành đấng minh quân. Những ví dụ cho điều này nhiều không kể xiết, trong đó Marcus Aurelius là một ví dụ điển hình. Ông dùng lí trí hơn người để nhìn nhận đúng đắn “ý kiến của người khác”, nguyên tắc của ông là: Chỉ cần người khác nói có lí thì tôi hoàn toàn có thể từ bỏ điều mà mình đang tin tưởng để tin vào chân lí. Không cần nói đến chuyện một vị hoàng đế nắm quyền bính trong tay, mà ngay cả với người bình thường, biết tiếp thu ý kiến của người khác cũng đã là một việc không hề dễ dàng.

Chuyện tranh quyền đoạt vị giữa Lưu Bang và Hạng Vũ, chắc hẳn chúng ta đã từng nghe, mọi người đều cho rằng Hạng Vũ là anh hùng thực sự, tuy không thành đại nghiệp nhưng lại có chí khí ngất trời. Chuyện Sở Hán tranh hùng đã được đưa vào hí kịch, theo nghiên cứu của các nhà sử học thì sở dĩ Lưu Bang đánh bại được Hạng Vũ, giành được thiên hạ là do ông có ưu điểm “biết lắng nghe ý kiến của người khác”. Thời đầu chiến tranh Sở - Hán, Lưu Bang hoàn toàn không phải là đối thủ của Hạng Vũ, sau khi bị Hạng Vũ đánh bại, Lưu Bang đành phải lui về đất Hán Trung – nơi có địa thế không hề lí tưởng, Lưu Bang từng vì thế mà không ít lần ôm憾. Lui về lần này, e rằng chẳng bao giờ còn cơ hội quay lại đất Trung Nguyên, liệu có nên cùng Hạng Vũ quyết một trận sống mái? Trương Lương khuyên Lưu Bang rằng: “Giờ mà quyết đấu với Hạng Vũ thì chẳng khác gì đem trứng chơi đá, nếu ta lui về đất Hán Trung, đồng thời hủy đi cầu cống dọc đường thì coi như thông báo với Hạng Vũ rằng chúng ta đã không còn ý định quay lại, muốn an cư đất Hán Trung, làm vậy sẽ khiến cho Hạng Vũ mất cảnh giác. Đất Hán Trung lại là nơi chuyên trồng ngũ cốc, chẳng phải vừa khéo có thể làm vựa lương thực để sau này phản công Trung Nguyên ư?” Lưu Bang nghe lời Trương Lương, tạm thời đóng quân nơi Hán Trung. Mấy năm sau, Lưu Bang đã tập hợp được binh hùng tướng mạnh, rời khỏi Hán Trung, nhanh chóng đánh bại Hạng Vũ, đoạt được thiên hạ. Việc Lưu Bang biết tiếp thu ý kiến người khác không phải chỉ có một lần, ông thường lắng nghe những kiến nghị của thuộc hạ, không giống Hạng Vũ luôn cố chấp theo ý mình, nhờ vậy mà giành được thắng lợi.

Có lúc, chúng ta thấy những ý kiến hoàn toàn trái ngược với quan điểm của mình thì cảm thấy khó chịu, dù ý kiến đó có đúng đắn đi chăng nữa cũng quyết bỏ ngoài tai. Đó chính là nhược điểm lớn trong tính cách con người, nó sẽ ngăn cản chúng ta nhận thức được chân lí và hoàn thiện bản thân. Nhưng chỉ cần ta quyết tâm khắc phục khuyết điểm đó thì đến một ngày, ta cũng sẽ giống như Marcus Aurelius, giành được sự kính trọng và tán thưởng của mọi người.

## Sự lựa chọn khi đứng trước những ý kiến khác nhau

Có một học sinh tham gia cuộc thi ngâm thơ, nhưng đến cuối cùng, cô bé không giành được giải thưởng nào, cô liền hỏi mẹ và cô giáo nguyên nhân thất bại, và nhận được hai câu trả lời khác nhau.

Cô giáo

Mẹ

Trình độ ngâm thơ của em quá bình thường, không những có chữ phát âm không thật chuẩn xác mà ngữ khí cũng chưa được vận dụng thích hợp, muốn giành được giải, em còn phải cố gắng rất nhiều.



Kết quả

Con ngâm thơ rất hay, mẹ nghe xong cảm thấy vô cùng tự hào, thực ra không có chỗ nào không tốt cả, con đã cố gắng hết sức rồi, phải không?



Kết quả

Tuy lời nhận xét của cô không dễ nghe nhưng đã chỉ ra rất nhiều vấn đề khách quan. Nếu tập trung khắc phục những khuyết điểm này, chắc chắn trình độ ngâm thơ sẽ được nâng cao.

Ý kiến của mẹ khiến người nghe cảm thấy được an ủi, nhưng cũng có thể vì thế mà sẽ ngừng cố gắng, khiến cho trình độ ngâm thơ chẳng những không được nâng cao mà còn có thể kém đi.

### Bài học quan trọng

Một vị triết gia đã từng nói: *Chuyện đáng sợ nhất trên thế gian này chính là bản thân đã rơi xuống vực mà vẫn không hề hay biết. Có nhiều lúc, ý kiến của người khác có thể giúp chúng ta nhận thức được điểm yếu của mình, từ đó có gắng thay đổi. Nếu chúng ta chỉ thích nghe những lời nói bùi tai thì có thể sẽ sảy chân xuống vực sâu thăm thẳm, không còn ý chí phản đấu để vuơn lên nữa.*

## Nguyên văn

*Đừng hành động như thể bạn sống trên đời này một nghìn năm. Cái chết luôn chờ đợi trên đầu bạn. Khi còn sống, hãy làm việc thiện trong phạm vi khả năng cho phép của mình.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Làm việc thiện cho người khác cũng chính là sự khẳng định với bản thân

Marcus Aurelius đã đưa ra khái niệm “làm việc thiện”. Đôi với một vị hoàng đế, như thế nào mới gọi là làm việc thiện? Khi đất nước gặp cảnh thiên tai thì mở quốc khố phát chẩn cho dân, ấy chính là làm việc thiện. Khi dân chúng bị oan ức, đứng ra làm chủ, lấy lại cho họ lẽ công bằng, ấy cũng là làm việc thiện. Nói tóm lại, làm việc thiện không nhất thiết phải liên quan đến tiền bạc, chỉ cần có thể giúp đỡ người khác thì đều là làm việc thiện. Vậy, tại sao chúng ta lại phải làm việc thiện?

Một bác sĩ trẻ người Anh sau khi tốt nghiệp đại học Oxford đứng ra mở một phòng khám tư, bệnh nhân của anh hầu hết là những người giàu. Chẳng bao lâu, việc kinh doanh của phòng khám ngày một tốt hơn, anh bác sĩ trẻ cũng trở nên giàu có. Hè năm nọ, bác sĩ quyết định đi nghỉ ở một đảo nhỏ thuộc Canada, nhưng đến nơi, anh phát hiện ra cuộc sống của người dân ở đó vô cùng cực khổ, nhất là điều kiện y tế rất kém, cả hòn đảo không có lấy một bác sĩ, dân chúng ốm bệnh cũng chỉ dành cầu Trời phù hộ mà thôi, bệnh không chữa khỏi thì chỉ còn đường chết. Người bác sĩ trẻ thấy vậy bèn quyết định ở lại, suốt mười năm ròng, anh chữa bệnh miễn phí cho người dân trên đảo, ngay cả những cuộc phẫu thuật phức tạp đến mấy cũng không lấy một đồng tiền công.

Có lần, anh đến khám bệnh cho một người dân ở ngoài làng, hôm đó thời tiết rất xấu, chiếc xe chó kéo của anh không may bị rơi xuống hồ băng. Bác sĩ cố hết sức mới trèo lên được nhưng chiếc áo len đã bị ngâm nước lạnh, đành phải cởi ra. Nếu không tìm cách giữ ấm cho cơ thể thì chẳng bao lâu người bác sĩ này sẽ chết冰冷. Tình huống cấp bách, anh đành nén lòng giết một chú chó để lấy da lông của nó làm áo đắp thì mới chống chọi được đến ngày hôm sau. Trải qua vô số khó khăn, thậm chí phải cận kè cái chết như vậy nhưng bác sĩ không oán thán nửa lời. Sau này, có người đến thăm và thắc mắc tại sao anh lại ở đây, bác sĩ nói: “Điều kiện sống của tôi bây giờ khác xa với khi còn ở Luân Đôn, nhưng tôi không chút nhớ nhung những ngày tháng ấy, vì chỉ có ở lại đây, giúp đỡ những người dân lương thiện này, thì cuộc đời tôi mới trở nên hoàn chỉnh.”

Nếu chúng ta nhất định phải tìm ra “Ý nghĩa của hành thiện” thì câu trả lời của vị bác sĩ no hoàn toàn có thể làm lời giải. Tại sao chúng ta phải làm việc thiện? Vì giúp đỡ người khác cũng chính là con đường tốt nhất để thể hiện giá trị của bản thân và ý nghĩa của cuộc đời. Hầu hết những người thành công đều công hiến một phần tài sản của mình cho sự nghiệp từ thiện, đó không phải là việc làm giả tạo cho người khác xem, cũng chẳng phải những suy nghĩ nhất thời. Bởi một người càng có khả năng thì trách nhiệm lại càng lớn, qua việc giúp đỡ mọi người, họ mới có được niềm vui và hạnh phúc thực sự.

Làm việc thiện là một thói quen

### Việc thiện theo nghĩa hẹp

Giúp đỡ người khác khi bản thân có tiềm lực kinh tế dồi dào.



Gặp người có khó khăn, rộng lòng giúp đỡ trong khả năng của mình.



### Việc thiện theo nghĩa rộng

Khi người khác gặp khó khăn, an ủi và nghĩ cách giúp họ thoát khỏi cảnh khốn cùng.



Làm tốt việc của mình, giảm bớt sai sót, làm chuyện có ích cho mọi người.



Ý nghĩa tồn tại của một người không chỉ nằm ở việc người ấy tạo ra được bao nhiêu của cải, nếu người ấy có thể giúp đỡ càng nhiều người trong phạm vi khả năng cho phép thì cũng được coi là "Vĩ đại".

### Bài học quan trọng

Làm việc thiện không có liên quan mật thiết đến thu nhập của chúng ta, có người cho rằng hành thiện là chuyện sau này khi ta có tiền, rằng đó là nghĩa vụ của người giàu. Thực ra, hành thiện là trách nhiệm của mỗi người, chỉ cần dốc lòng giúp đỡ người khác thì đó cũng chính là nghĩa cử rất đáng trân trọng rồi.

## Nguyên văn

Triết gia nói, nếu bạn muốn yên tĩnh thì hãy làm ít việc thôi. Nhưng hãy nghĩ xem liệu nói thế này có hay hơn không: Làm những việc cần thiết và tất cả những việc mà lí trí của động vật có tính bầy đàn đòi hỏi; đồng thời làm theo đúng những yêu cầu, đòi hỏi ấy. Bởi điều đó không chỉ đem lại sự tĩnh lặng có được do làm việc thích hợp mà còn đem lại sự tĩnh lặng do làm rất ít việc. Vì phần lớn những việc ta nói và làm đều là những việc không cần thiết, nếu hủy bỏ chúng, ta sẽ có được càng nhiều thời gian và bớt đi những ưu phiền. Thế nên, chúng ta nên hỏi bản thân trước khi làm bất cứ chuyện gì: Đó có phải là việc cần thiết không? Con người không chỉ nên hủy bỏ những việc không cần thiết mà còn nên loại bỏ những suy nghĩ không cần thiết nữa. Có như vậy, những việc vô vị mới không mãi bám theo ta.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Gỡ xuống những gánh nặng không cần thiết, đi tìm sự an ủi trong tâm hồn

Marcus Aurelius nói: Phần lớn những việc chúng ta làm đều là không cần thiết. Nói vậy có nghĩa gì? Không lẽ con người sống trên đời đều khổ sở làm những việc vô dụng sao? Quan điểm của Marcus Aurelius chính là: Cuộc sống không có kế hoạch và mục đích thì chắc chắn sẽ nảy sinh nhiều nỗi phiền muộn, chỉ có vứt bỏ những ý niệm không cần thiết thì mới có thể mở rộng tầm mắt, hướng đến tương lai.

Thời cổ đại, có một tù nhân phạm trọng tội, để trốn tránh sự truy bắt của quan binh, anh ta liền trốn đến một ngôi chùa, nấp trong phòng chúa cùi. Song anh ta lại bị vị trụ trì bắt gặp, trong lúc quẫn bách, anh ta bèn kề dao vào cổ vị sư trụ trì và đe dọa: “Ông không được nói gì cả, đợi lúc nã quan binh đến thì bảo không trông thấy tôi! Nếu không tôi sẽ giết ông.” Sư trụ trì không hề hoảng sợ mà bình tĩnh nói: “Chuyện này không khó, nhưng ta lừa được quan binh rồi thì cậu định làm gì tiếp theo?” Tên tội phạm nói: “Tôi sẽ trốn trong rừng, đợi quan binh đi khỏi thì sẽ ra ngoài.” Vị trụ trì hỏi: “Sau đó thì sao?” Tên tội phạm ngân người, không trả lời. Vị trụ trì lại nói tiếp: “Thực ra cậu cũng không biết tiếp theo nên làm gì đúng không? Cậu hãy ở lại đây một thời gian rồi hẵng đi!” Một thời gian sau, vị sư trụ trì lại hỏi tên tội phạm: “Giờ cậu đã biết mình nên làm gì rồi chứ?” Anh ta lắc đầu, vị trụ trì cười nói: “Thực ra không có quan binh truy đuổi, cuộc sống của cậu cũng không có gì khác cả, cậu không thể gột bỏ nghiệp tội của mình, thế nên đi đến đâu cũng sẽ hành xử theo con đường tội lỗi, không ăn trộm thì cũng cướp bóc. Sao cậu không từ bỏ con người trước đây của mình và làm lại cuộc đời?” Tên tội phạm bừng tỉnh ngộ, bái tạ sư trụ trì và xuống núi đầu thú. Vài năm sau, anh ta được ra khỏi ngục, bắt đầu buôn bán, sau này trở thành thương gia có tiếng trong vùng.

Có những lúc, chúng ta cũng giống như tên tội phạm trong câu chuyện, không bỏ qua được quá khứ, cho rằng trước đây đã thất bại thì sau này cũng chẳng thể thành công. Thực ra thay đổi cuộc đời không khó như ta tưởng, có lúc chỉ một ý niệm cũng có thể khiến cho cuộc đời ta bước sang trang mới. Điều quan trọng là chúng ta có quyết tâm ngưng việc giày vò bản thân lại để đón nhận tương lai dưới diện mạo hoàn toàn mới hay không.

**Không cần phải kích động vì những chuyện nhỏ nhặt**



### Bài học quan trọng

Có người cho rằng khả năng về phương diện nào đó của mình không bằng người khác, bèn than thân trách phận, oán thán cuộc đời. Thực ra mỗi người đều có sở trường riêng của mình, quan trọng là ta có phát hiện ra điều đó và nỗ lực phát huy nó hay không. Đừng bao giờ xem thường bản thân, vì một người xem thường ngay chính bản thân mình thì sao có được sự tôn trọng của người khác.

### Nguyên văn

Nếu anh ta là kẻ ngoài cuộc, không biết có những gì trong vũ trụ này thì anh ta cũng không biết được nó vận hành như thế nào. Anh ta sẽ là một kẻ trốn chạy khỏi xã hội lí trí này, là kẻ mù đóng sập cánh cửa hiểu biết, là kẻ đáng thương cần người khác chú không phải chính bản thân mình tiếp nhận tất cả mọi thứ có ích cho cuộc sống. Anh ta sẽ là một kẻ lạc loài trong vũ trụ, dùng những chuyện bát mản đầy chính mình xa rời, cách biệt với những người có cùng bản chất lí trí như chúng ta, vì chính cùng một bản chất đó gây nên mọi chuyện và cũng tạo ra anh ta. Anh ta cũng sẽ là một mảnh ngói vỡ tách ra khỏi đất nước, khiến linh hồn của chính mình cách biệt với linh hồn của cộng đồng những động vật lí tính.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Từ chối tiếp thu kiến thức cũng đồng nghĩa với việc tự nhốt mình vào ngục tối

Ở đây, Marcus Aurelius đã đưa ra khái niệm “kẻ ngoài cuộc”, thế nào là một người ngoài cuộc? Đó chính là người không hiểu bất cứ điều gì về những chuyện xung quanh mình. Có thể chúng ta tự nhận mình là người ham học hỏi, có thể tiếp thu kiến thức mới, sự vật mới, nhưng khi tuổi tác tăng lên, liệu chúng ta có trở nên hận đời phàm tục, giữ thái độ phủ định với tất cả những thứ mới lạ hay không?

Có một vị giáo sư kiến thức uyên thâm, khi nhớ lại quãng thời gian tuổi già của mình bỗng trở nên vô cùng mâu thuẫn, vì ông nhận ra mình càng già càng cứng nhắc, không chịu tiếp nhận những thứ mới lạ. Khi còn trẻ, ông được coi là một người tiên phong trong học thuật, nổi tiếng là người có những tư tưởng mới, đi trước thời đại. Ông băn khoăn suy nghĩ rất nhiều mà vẫn không tìm ra nguyên nhân, cuối cùng mới hỏi ý kiến con trai mình. Con trai ông nói: “Ngày xưa con hay bị cha mắng, dù chỉ là mặc một cái quần bò lòe loẹt thôi, trong mắt cha đã là một đứa con hư hỏng, nghe một bài hát đang nỗi cũng bị cho là không có chí tiến thủ. Nhưng khi cha còn trẻ, chẳng phải cha cũng gặp trào lưu cải cách mà trở thành người tiên phong trong học thuật sao? Khi đó con không hiểu, nhưng giờ con cũng giống như cha, khi con cháu mình gặp những điều mới lạ thì lại lo chúng sẽ làm lạc mà đánh mất bản thân, thế là kiên quyết phủ nhận những thứ mới lạ ấy. Thực ra, khi chúng ta từ chối những điều mới mẻ thì cũng là lúc ta bị nhốt mình lại trong những tư tưởng cũ trước đây, cho tới khi già ta bỗng trở thành ông lão cố chấp...” Nghe vậy, vị giáo sư mới bừng tỉnh ngộ, hóa ra bao năm nay mình không chỉ từ chối những điều mới mẻ mà còn từ chối cơ hội học hỏi nữa.

Có nhà xã hội học người Mĩ đã làm một điều tra như sau, theo tuổi tác dần tăng, con người này sinh tâm lí bài trừ mạnh mẽ, khi bước vào tuổi trung niên thì tâm lí này càng dễ gặp. Họ cho rằng những kiến thức mình tiếp nhận và những hệ thống giá trị đã có là đúng đắn, giữ thái độ chống đối với những quan điểm không giống mình, lâu dần, họ trở thành người xa rời xã hội, tư tưởng cũng bắt đầu lão hóa, cuối cùng trở nên kì thị tất cả những thứ mới lạ. Chẳng phải nhiều lúc chúng ta cũng có tật xấu này sao? Khi đã nghĩ mình là đúng thì nhất quyết không chịu học hỏi nữa. Nếu không muốn mình trở thành “kẻ ngoài cuộc của vũ trụ” thì hãy mở rộng lòng mình, đừng từ bỏ bất cứ cơ hội học tập nào.

Cụ tuyệt tuổi già



### Bài học quan trọng

Khi học hỏi, tìm tòi kiến thức, nhất định phải có thái độ hòa nhập với thời đại. Khoa học không ngừng tiến bộ, những sự vật mới sinh ra hàng ngày, nếu chúng ta không quan tâm đến bất cứ điều gì ngoài vài tác phẩm kinh điển thì cho dù còn trẻ trung nhưng tâm lí cũng đã không còn trẻ nữa.

## Nguyên văn

Hãy luôn coi vũ trụ là một sinh vật sống, có thể xác và linh hồn; chú ý mối liên hệ giữa tất cả các sự vật và tri giác, cũng như mối liên hệ tri giác giữa tất cả các sinh vật sống; quan sát xem tất cả các sự vật hoạt động dưới hình thức vận động nào; tất cả các sự vật trở thành nguyên nhân hợp tác của tất cả các sự vật đang tồn tại như thế nào; đồng thời cần chú ý đến sự liên kết lẫn nhau giữa tất cả các bộ phận đang không ngừng dệt sợi và tơ.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Cơ hội thường nằm trong góc bị người khác bỏ lỡ

Marcus Aurelius coi vũ trụ là một chỉnh thể, đồng thời phát hiện ra giữa vạn vật đều có sự liên kết nhất định. Quan điểm triết học này không hẹn mà trùng hợp với lí luận khoa học hiện đại, vũ trụ là một thực thể vĩ đại, từ khi ra đời cho đến nay, từ hạt bụi nhỏ bé cho đến một hành tinh đều có hàng nghìn hàng vạn mối dây liên kết. Qua đó, chúng ta có thể phát hiện ra rằng, cuộc sống cũng giống như vũ trụ, bất cứ chuyện gì cũng có nhân và quả, đều có liên hệ với nhau.

Công ty bất động sản nọ vừa xây một tòa nhà, nhưng do vị trí không lí tưởng nên tình hình tiêu thụ không được tốt lắm. Hôm đó, giám đốc kinh doanh đang đau đầu tìm cách nâng cao mức tiêu thụ thì chợt thấy một đàn bồ câu bay vào trong tòa nhà. Mọi người tốn bao công sức mà không cách nào đuổi lũ chim ra được. Giám đốc chợt này ra ý tưởng và bảo với mọi người: “Đừng đuổi lũ chim nữa, để chúng ở đây, mai chúng ta đi báo cho Hiệp hội bảo vệ động vật rằng tòa nhà của chúng ta là nơi đât lành chim đậu.”

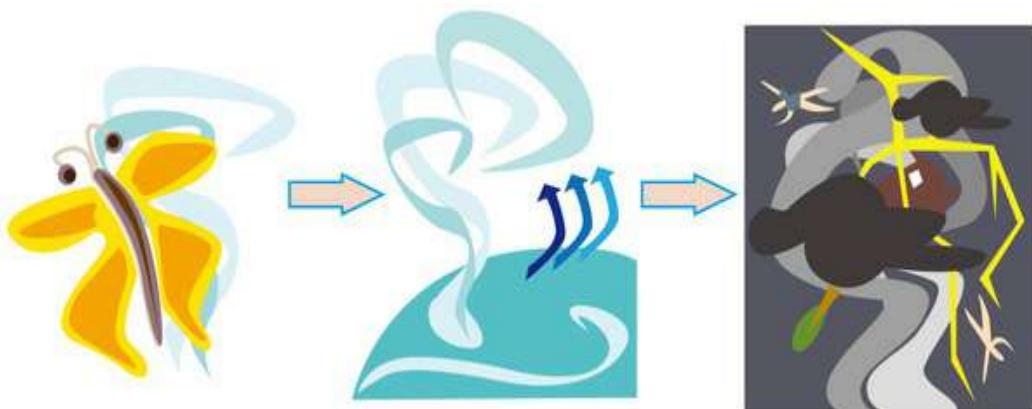
Quả nhiên, ngay ngày hôm sau đã có rất nhiều phóng viên, nhà báo đến tham quan và viết tin về đàn chim bồ câu. Cứ thế, phản ứng tiêu thụ đàn tốt lên, rất nhiều người nghe tiếng tăm đến, muôn xem thử tòa nhà “đất lành chim đậu” này. Chỉ trong một tháng ngắn ngủi, tất cả các căn hộ trong tòa nhà đã được bán hết. Cũng nhờ vậy mà Giám đốc kinh doanh được thăng chức, trở thành một trong những cổ đông quan trọng của công ty. Thực ra bí quyết thành công của anh ta chính là nhạy bén trong việc tìm mối liên kết giữa các sự việc. Chim bồ câu có thể trở thành biểu tượng tuyên truyền quảng cáo, tăng sức hấp dẫn cho tòa nhà, một khi có khách hàng tiềm năng thì việc tiêu thụ không còn là vấn đề nữa. Bạn hãy thử nghĩ xem, nếu vị giám đốc đó theo logic bình thường, nhất quyết đuổi đàn chim đi thì liệu có xảy ra câu chuyện sau này nữa không?

“Hiệu ứng bướm bướm” (Butterfly Effect) nổi tiếng nói về luồng khí do một chú bướm ở Nam Mĩ tạo ra khi vỗ cánh, có thể vượt qua đại dương, thời đến Mĩ và trở thành con bão có sức công phá vô cùng khủng khiếp. Đây hoàn toàn không phải là những suy nghĩ viễn vông, phóng đại, bởi một luồng khí nhỏ xíu cũng có thể nhờ một cơn gió vô tình trở thành một luồng khí mạnh, nếu nó hợp lại cùng những luồng khí tương tự, gấp lúc thời tiết mưa gió dữ dội thì sẽ có thể trở thành cơn bão, điều này cũng không phải là chuyện không thể xảy ra. Theo logic bình thường, bướm bướm và cơn bão đâu có liên quan gì đến nhau? Nhưng nếu chúng ta có thể tìm ra được mối liên quan ẩn chứa trong chúng thì sẽ có thể nắm được chiều hướng phát triển của sự việc, giành được cơ hội thành công hiếm có.

Sự phát hiện và ứng dụng của hiệu ứng bướm bướm

### Sự ra đời của hiệu ứng bướm bướm

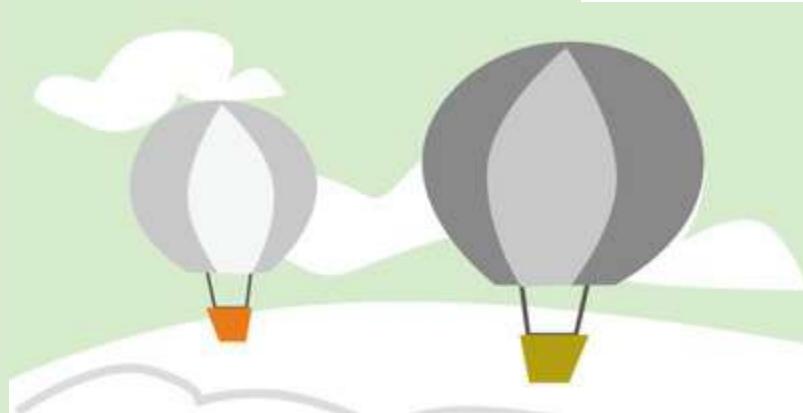
Năm 1963, nhà khí tượng học Lorenz là người đầu tiên đưa ra giả thuyết: Một con bướm sống trong rừng mưa nhiệt đới bên bờ sông Amazon ở Nam Mĩ khi vỗ cánh có thể tạo ra một cơn bão ở Mĩ. Nguyên nhân là do: Cánh bướm khi vỗ sẽ gây ra sự biến đổi trong hệ thống không khí, sinh ra luồng khí yếu, mà luồng khí này lại gây ra sự biến đổi tương tự đối với môi trường xung quanh, tạo nên phản ứng dây chuyền, cuối cùng dẫn đến sự thay đổi vô cùng to lớn với toàn bộ giới tự nhiên.



Hiệu ứng bướm bướm thường được sử dụng trong dự báo thời tiết và thị trường tài chính, trong một thời gian nhất định và môi trường phức tạp khó có thể dự đoán được. Kết quả phát triển của sự vật thường chịu sự hạn chế của điều kiện ban đầu, chỉ có phòng ngừa và cân bằng lại mới có thể tránh được việc sai lầm, thất bại.

#### Dự báo thời tiết

Nhà khí tượng học có thể phải xem xét rất nhiều yếu tố có ảnh hưởng đến thời tiết để nâng cao độ chuẩn xác trong dự báo thời tiết.



#### Thị trường tài chính

Chuyên gia tài chính thu thập tất cả những thông tin có giá trị trong thị trường cổ phiếu, từ đó dự đoán xu hướng của thị trường tài chính.



### Bài học quan trọng

Thực ra, tìm ra mối liên kết giữa các sự vật không hề khó như chúng ta tưởng tượng, chỉ cần kiên trì, giữ vững nguyên tắc “tỉ mỉ” là được. Nếu ta làm việc cẩn thận, tỉ mỉ thì tự nhiên sẽ phát hiện ra rất nhiều vấn đề, mỗi lần giải quyết được một vấn đề thì cũng là lúc tiến thêm một bước gần tới thành công hơn.

## PHẦN 5 > CẦN CÙ DỰNG NÊN SỰ NGHIỆP

Tính Ý tr祎 là đặc tính chung của con người, chúng ta thường nhiệt tình đối với việc nghỉ ngơi giải trí hơn là với công việc, nhưng để tính Ý tr祎 chi phối cả cuộc đời mình thì dù thế nào cũng sẽ dẫn đến chán nản, sa sút tinh thần, mất đi ý chí. Làm thế nào mới khiến cuộc sống trở nên hữu ích mà vẫn thú vị? Đó chính là biến cần cù thành một thói quen cho mình.

- Cần cù hoàn thiện cuộc đời
- Biết tìm ra ưu thế của bản thân
- Giúp đỡ người khác mà không cần báo đáp
- Suy nghĩ kỹ trước khi làm việc
- Kiên trì sẽ có hi vọng
- Thể hiện bản thân một cách tốt nhất
- Nghệ thuật phê bình
- Thông hiểu diện mạo vốn có của sự vật



### 1 CẦN CÙ HOÀN THIỆN CUỘC ĐỜI

#### Nguyên văn

Sáng sớm, khi bạn còn chưa muốn thức dậy, hãy để suy nghĩ này xuất hiện trong đầu: Ta đang dậy để làm công việc của một con người. Nếu ta phải đi làm việc, một công việc mà nhở đó mà vì vậy ta mới tồn tại thì sẽ được dẫn vào thế giới của công việc. Ta đâu có gì bất mãn? Chẳng lẽ ta bất mãn chỉ vì muốn nằm trong chăn ấm ngủ nướng sao? Tuy việc đó cũng khá là vui sướng, nhưng bạn tồn tại là vì có được niềm vui chứ không phải vì hành động và sự tận lực ư? Bạn không nhìn thấy cái cây nhỏ, con ngựa, con nhện, con ong đều đang bận rộn làm việc, dốc sức làm

tròn nhiệm vụ của mình trong vũ trụ hay sao?... Những người yêu thích kĩ năng của mình đều đang bận bịu trong công việc, họ không tắm rửa, không ăn uống; sự tôn trọng của bạn đối với bản chất của mình còn chưa bằng sự tôn trọng của những nghệ nhân đối với kĩ năng của họ, không bằng nhà voodoo tôn trọng kĩ thuật voodoo, không bằng kẻ giữ của tôn trọng của cái, cũng chẳng bằng kẻ ham huchen tôn trọng vàng hào quang nhỏ của anh ta. Những người như vậy, khi có niềm đam mê mãnh liệt với một thứ gì đó, họ thà không ngủ chứ không thể không hoàn thành việc mà họ quan tâm. Trong mắt bạn, lẽ nào những hành động có ích cho xã hội lại là chán ghét, không xứng để bạn lao động hay sao?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Không có ai thành công nhờ vào sự lười nhác

Là hoàng đế một nước, mỗi sớm tinh dậy, việc đầu tiên mà Marcus Aurelius suy nghĩ chính là: Nếu công việc của ta có ích cho nước, cho dân, tại sao ta lại vẫn muốn nằm ngủ nướng, không chịu dậy? Tác phong chăm chỉ này không những đáng để các bậc hoàng đế La Mã đời sau học tập mà còn đáng để tất cả chúng ta noi theo. Có người nói: Lười nhác là tính bẩm sinh của con người. Nếu chúng ta không có cách nào khắc phục tính bẩm sinh này thì chẳng thể hoàn thiện cuộc đời của chính mình.

Tư Mã Quang khi còn nhỏ tuy tài trí hơn người nhưng lại rất ham ngủ, không biết đã bao nhiêu lần bị thầy trách phạt, bạn bè cười chê. Có một lần, Tư Mã Quang hạ quyết tâm phải sửa bỏ thói xấu này, thế là buổi tối trước khi đi ngủ, ông uống rất nhiều nước, định bụng sáng sớm sẽ thức giấc vì buồn tiểu, kết quả, ông chẳng những không dậy đúng giờ mà còn đái dầm nữa. Tư Mã Quang bèn vắt óc nghĩ ra cách làm một cái gói đánh thức, sáng chỉ cần trở mình là đầu sẽ trật khỏi gói, đập vào ván giường. Cách này vô cùng hiệu quả, từ đó Tư Mã Quang luôn dậy sớm, kiên trì đọc sách, cuối cùng trở thành một học giả tinh thông kim cổ, viết nên tác phẩm sử học kinh điển - *Tư trị thông giám*.

Thực ra có rất nhiều những câu chuyện tương tự như vậy, nhưng chúng ta thường chỉ đọc qua rồi quên lãng, không để tâm suy ngẫm. Doanh nhân nổi tiếng người Mỹ Rockefeller khi còn trẻ vô cùng khát khao thành công, ông không ngừng học tập, thường đọc sách cho đến tận khuya. Một hôm, sau khi đọc sách, ông xuống lâu đi dạo, phát hiện xung quanh tòa nhà không còn ngọn đèn nào sáng nữa, mới cảm thán rằng: "Nếu người chăm chỉ, cần cù như ta mà không thể thành công thì đúng là trời không có mắt." Quả vậy, những người thành đạt như Rockefeller còn luôn kiên trì học tập, vậy những người còn chưa thành công như chúng ta sao có thể ham ngủ không chịu dậy được?

Kiến giải mới về tích “Ngũ Công dời núi”

Ngu Công kêu gọi tất cả già trẻ lớn bé trong nhà cùng lập lời thề, dù mất bao lâu cũng phải dời bỏ ngọn núi trước nhà. Hành động này khiến cho cả gia đình ông đều bị người khác cười nhạo.



#### Nhận thức truyền thống

Ngu Công vì ước mơ của bản thân, không biết tư duy linh hoạt, chẳng những không tự lượng sức mình mà còn làm lỡ dở tương lai của con cháu đời sau.



#### Kiến giải mới

Ngu Công có tầm nhìn xa, ông biết cần cù hôm nay có thể đổi lấy hạnh phúc cho con cháu đời sau, đồng thời trong quá trình lao động sẽ có được sự trợ giúp của quý nhân.



Cần cù không phải là vì lợi ích trước mắt mà là vì những hoạch định lâu dài cho tương lai. Một ngày lao động cần cù, chăm chỉ có thể không nhìn thấy tiến bộ rõ rệt, nhưng ngày ngày, tháng tháng, chắc chắn sẽ đến lúc thành công.

### Bài học quan trọng

*Cần cù không chỉ đơn giản là viên gạch lót đường cho thành công mà còn giúp ta rèn được thói quen làm việc, nghỉ ngơi khoa học. Cứ như vậy, chẳng những tinh thần sảng khoái mà sức khỏe cũng đổi dào. Ngoài ra, cần cù cũng phải có mức độ, không thể vì làm việc quá sức mà làm tổn hại đến sức khỏe, nếu không sẽ lợi bất cập hại.*

## Nguyên văn

Bạn nói, mọi người không biết coi trọng tài trí của bạn – cho dù là vậy thì cũng có rất nhiều chuyện khác bạn không thể nói vây được, có rất nhiều chuyện đã được Trời định sẵn. Vậy thì hãy thể hiện hết những phẩm chất của mình trong phạm vi khả năng cho phép: Trung thực, nghiêm túc, cẩn cù chăm chỉ, coi thường lạc thú, không than phiền, thỏa mãn với những thứ nhỏ nhặt, nhân từ, chân thật, từ chối những thứ thừa thãi, tránh xa chuyện nồng nỗi, bồng bột. Bạn không thấy mình sáp được thể hiện bao nhiêu phẩm chất sao, những phẩm chất đó không phải những thứ mà bạn muốn có nói rằng đó là vô dụng hay không thích hợp, bạn còn muốn giữ mình ở dưới tiêu chuẩn nữa không? Chẳng lẽ vì bạn sinh ra đã không khỏe mạnh nên nếu không than vãn, không keo kiệt, không nịnh hót, không bất mãn với thân thể đáng thương của bạn hòng mua vui cho người. Không xoáy sâu vào những điều đó thì trong lòng sẽ cảm thấy bất an sao? Không, bạn sớm đã có thể giải thoát khỏi những chuyện như thế, trừ phi khả năng thấu hiểu của bạn đúng là bẩm sinh đã chậm chạp và tệ hại, nhưng bạn nhất định phải rèn luyện bản thân, đừng lấy làm ngo điều đó, cũng đừng làm vui vì sự trì độn của mình.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Nhìn rõ ưu điểm chứ không phai nhược điểm của mình

Có lẽ Marcus Aurelius đã từng gặp phải người như thế này, anh ta oán trách người khác không coi trọng tài năng, không thừa nhận những chuyện mà anh ta đã làm được. Song Marcus Aurelius lại nói với anh ta: “So với việc lãng phí sức lực vào những chuyện ấy, chẳng thà hãy nghĩ kĩ xem mình có những phẩm chất nào đáng ca ngợi, như vậy mới có thể giải thoát khỏi những chuyện đó mà chuyên tâm làm việc của mình.”

Có một câu chuyện cười như thế này, Vịt và Cua thi chạy với nhau, địa điểm diễn ra cuộc thi là tại đường chạy vòng tròn dành cho môn điền kinh. Vừa nghe tiếng súng báo hiệu, Vịt và Cua bèn lấy hết sức bình sinh chạy về phía trước, Vịt tuy dáng chạy không đẹp nhưng lại nhanh hơn Cua nhiều, còn Cua tuy chạy chậm nhưng lại cứ đi ngang, vì thế mà nó đi cắt ngang qua vòng chạy, cuối cùng chạm đích cùng lúc với Vịt. Hai con vật bèn mòi trọng tài đến phân định thắng thua, trọng tài nói: “Nếu đã vậy thì các cậu hãy chơi trò Đá - Kéo - Vôi để phân định đi!” Nhưng Vịt nhất quyết không nghe, vì nó có làm thế nào cũng chỉ ra được Vôi, còn Cua thì làm sao cũng chỉ ra được Kéo. Đọc xong chuyện cười này, có người chỉ cười cho qua chuyện, không chịu suy nghĩ nội hàm trong đó. Nhưng nếu suy nghĩ kĩ, chúng ta sẽ phát hiện ra rằng, chẳng phải chúng ta cũng chính là Vịt và Cua sao? Có người giỏi chạy, có người lại giỏi chơi trò chơi. Điều đó chứng tỏ mỗi người đều có ưu thế của riêng mình, quan trọng là ta phát huy thế mạnh đó như thế nào mà thôi.

Nếu ai cũng lấy tiêu chuẩn quán quân chạy đường dài ra làm yêu cầu cho bản thân thì liệu có bao nhiêu người thực sự có được tài năng vượt trội trong lĩnh vực ấy? Còn nếu mọi người biết chọn việc theo đúng sở trường của bản thân thì mới có thể cống hiến sức lực đúng chỗ và từ đó thành công trong lĩnh vực của mình. Vì thế, khi chúng ta thấy mình không tài giỏi bằng người khác, hãy tĩnh tâm suy nghĩ: Đây có phải là việc mình giỏi nhất không? Nếu không phải, hãy cố gắng tìm ra điểm hơn người của chính mình.

Ưu thế không thể thay thế được

A và B học với nhau từ nhỏ, thành tích của A luôn khá hơn B, A cũng thông minh hơn B. Thế nên A chọn thi đại học còn B học xong phổ thông thì quyết định đi làm.



A tốt nghiệp đại học, tiếp tục học lên Thạc sĩ. Còn B sau khi đổi việc vài lần, phát hiện ra mình rất có hứng thú với nấu ăn, bèn bắt đầu học làm đầu bếp.



A sau này trở thành giáo sư có học vấn uyên thâm, giảng dạy ở trường đại học; còn B trở thành đầu bếp nổi tiếng, phát huy tài năng của mình trong nhà bếp.



Nếu B tự ti vì thành tích học tập của mình không bằng A thì rất có thể sẽ mãi chán nản mà buông tay, ngừng cố gắng. Nhưng không việc gì là tuyệt đối cả, chỉ cần tìm ra khả năng của mình thì sẽ có thể tạo nên một tương lai xán lạn.

### Bài học quan trọng

*Việc cảm thấy mình không bằng người khác sẽ khiến ta dễ nảy sinh tâm lí tự ti. Thực ra muốn thoát khỏi sự trói buộc của tự ti, trước tiên phải học cách tự khẳng định bản thân, không ai là vô dụng, chúng ta không nên đem nhược điểm của mình đi so sánh với ưu điểm của người khác, mà phải học cách nâng cao ưu điểm của bản thân.*

## Nguyên văn

Có một người, cứ mỗi khi làm được một việc tốt cho người khác thì đều ghi lại trong sổ rằng mình đã ban ơn cho người ấy. Còn một người nữa thì không làm vậy, nhưng luôn ghi nhớ trong lòng là người nào đó đã chịu ơn mình trong việc gì. Người thứ ba - ở một mức độ chung mực - còn không nhớ những chuyện mình đã làm, anh ta như dây nho đang cho trái, khi nó đã kết trái thì không còn mong đợi nhiều hơn nữa. Con ngựa cát vó chạy, con chó bắt chuột, con ong làm mật cũng đều như vậy, thế nên con người sau khi làm xong chuyện tốt lành thì cũng đừng nên đòi hỏi người khác tới xem mà hãy tiếp tục làm thêm chuyện tốt, giống như dây nho tới năm sau lại tiếp tục kết trái vậy... Bạn rồi cũng sẽ trở thành một trong số những người đã nói ở trên, vì họ cũng bị làm lạc bởi mong muốn được thể hiện bằng cách nào đó. Nếu bạn bằng lòng hiểu ý nghĩa những lời này thì đừng sợ rằng mình sẽ vì thé mà làm ngơ trước bất kì hành động nào có ích cho xã hội.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Khi trao sự giúp đỡ cho người khác, đừng chỉ nghĩ mãi về sự đền đáp đáng có

Ở phần trước, Marcus Aurelius đã đưa ra nội dung “Hãy giúp đỡ người khác trong khả năng cho phép”, giờ ông lại phân tích suy nghĩ sau khi làm ơn cho người khác của ba dạng người, đưa ra thái độ nên có khi giúp đỡ người khác – hãy tự nhiên như dây nho kết trái vậy. Chúng ta sẽ bắn khoan và đặt ra câu hỏi: Tại sao cần có tinh thần giúp đỡ người khác mà không mong chờ được đền đáp?

Tại một thị trấn nhỏ ở bang Texas (Mỹ) có một bà mẹ đơn thân. Sau khi li dị chồng, bà đem theo ba đứa con chuyển đến thị trấn này. Để nuôi sống cả nhà, bà làm mọi việc, từ phục vụ bàn trong nhà hàng đến nhân viên tiếp thị của công ty mỹ phẩm, ngoài ra còn từng mở hàng bán đồ ăn vặt bên đường nữa. Bà mẹ ấy có thói quen đối xử với người khác như với chính bản thân mình, tuy bản thân không lấy gì làm giàu có nhưng thường xuyên giúp đỡ mọi người. Ví dụ như khi con chó của hàng xóm không thấy đâu, bà lại gọi các con đi tìm giúp, con gái của ông chủ nhà hàng gấp phải chuyện buồn trong tình cảm, bà cũng hết lòng khuyên giải. Dần dần, mọi người trong thị trấn đều vô cùng yêu quý bà mẹ đơn thân này. Nhưng bỗng một hôm, ngọn lửa bất ngờ thiêu rụi căn nhà của mấy mẹ con bà. Khi bà đang ngồi thẫn thờ trước đống tro tàn đổ nát thì mọi người trong thị trấn đến bên bà, không nói một lời mà cùng chung tay dựng lại căn nhà.

Từ câu chuyện của bà mẹ đơn thân đó, chúng ta nhìn thấy tinh thần “như một dây nho kết trái”, bà luôn chân thành đối đãi mọi người, khi giúp đỡ họ cũng không hề nghĩ xem mình phải có được điều gì. Nhân cách vĩ đại của bà mẹ ấy đã làm cảm động tất cả mọi người, họ đương nhiên cũng sẽ dang tay giúp đỡ khi bà mẹ ấy gặp khó khăn. Bậc thầy về nghệ thuật giao tiếp Carnegie đã từng nói: Nếu bạn giúp người khác có được thứ họ mong muốn thì càng giúp được nhiều người, bạn lại càng có được nhiều hơn.

Sự khác biệt giữa ba dạng “giúp đỡ”

### Ghi nhớ

Làm xong một chuyện tốt liền ghi lại trong sổ, thỉnh thoảng lại nhớ đến.

NGÀY 30  
THÁNG  
12 NĂM  
NGOÀI, CẬU  
CÓ NHỚ ĐÃ  
ĐẾN NHÀ  
TỐ LÀM GÌ  
KHÔNG?



CÓ, MÌNH  
ĐẾN MUỘN  
CẬU MẤY  
ĐĨA CD

THẾ THÌ LẦN  
NÀY CẬU  
CŨNG PHẢI  
CHO TỐ  
MUỘN MẤY  
CÁI!



ĐƯỢC  
THÔI...

Cách làm ấy hoàn toàn là có mục đích, giúp đỡ người khác nhưng lại không gắn hành động ấy với "sự cao thượng", mục đích duy nhất chính là mong một ngày nào đó sẽ được báo đáp lại.

### Tâm niệm trong lòng

Tuy không ghi lại nhưng luôn xem mình như "ân nhân".

CẬU GIỜ ĐÚNG  
LÀ CÔNG  
THÀNH DANH  
TOẠI RỒI



ĐÂU CÓ, CHỈ  
LÀ MAY MẮN  
THÔI.

NHỚ NĂM  
ẤY KHI  
CẬU GẶP  
NẠN CÒN Ở  
NHỎ NHÀ  
MÌNH...



TRỜI ĐẤT  
ĐÓ LÀ  
CHUYỆN  
NĂM NÀO  
NĂM NÀO  
RỒI!

Khi giúp đỡ người khác, có lẽ họ không hề có mục đích rõ ràng nhưng sau đó lại luôn coi mình như Chúa cứu thế. Khi tiếp xúc với người mình đã ban ơn, họ luôn ra vẻ "bất chợt" nhắc lại chuyện đó để thể hiện sự khẳng khái, đại độ của mình.

### Không mong báo đáp

Không mang nặng chuyện ơn huệ trong lòng, coi đó là chuyện bình thường.

NGHE NÓI  
ĐẦU DVD NHÀ  
CẬU HỒNG  
RỒI, MÌNH  
ĐANG THỪA  
MỘT CÁI ĐẤY,  
CẬU LẤY VỀ  
MÀ DÙNG!



ÔI MÌNH  
NGẠI  
LẮM!

DÙNG  
KHÁCH SÁQ  
HỎI TRƯỚC  
CẬU CÒN  
GIÚP MÌNH  
BAO NHIÊU  
CHUYỆN MÀ!



HE HE,  
MẤY  
CHUYỆN  
ĐÓ MÀ  
CẬU CÒN  
NHỚ CƠ  
Â?

Họ giúp đỡ người khác mà hoàn toàn không mong chờ báo đáp, không hề nghĩ tới sẽ có được điều gì từ người mình đã từng giúp đỡ, vì thế họ không gây áp lực tâm lí cho người khác. Khi họ gặp khó khăn, người khác cũng sẽ sẵn lòng báo đáp lại.

### Bài học quan trọng

Nhiều người làm từ thiện mà không hề tính toán, số người được họ giúp đỡ nhiều không đếm xuể, nếu theo những gì mà họ được báo đáp lại thì hoàn toàn là “kinh doanh thua lỗ”. Nhưng tại sao họ phải làm như vậy? Vì trong lòng họ, đó là nghĩa vụ, là trách nhiệm cần có đối với xã hội.

### Nguyên văn

*Người Athens có một lời cầu khấn như sau: Mưa đi, mưa đi, hỡi Zeus, hãy cho mưa xuống đất đai, lãnh thổ của người Athens. Quả thực chúng ta không nên cầu khấn, nhưng nếu phải cầu khấn thì hãy làm theo cách đơn giản mà cao quý đó.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Không làm thì thôi, đã làm thì phải đề cao hiệu quả

Khi gặp hạn hán, người La Mã cổ đại sẽ làm thế nào? Chính là cầu mưa, cầu xin thần thánh thương xót phỗ độ chúng sinh, ban mưa lành tưới đầm đất đai. Từ đó Marcus Aurelius rút ra được kết luận như sau: Khi gặp chuyện không nhất thiết phải cầu khấn, nhưng nếu cầu khấn thì phải thành tâm, giống như người Athens làm vậy. Như thế cũng có nghĩa là: Hãy động não, chuyên tâm làm việc thì mới có thể nâng cao hiệu quả công việc.

Ngày xưa ngày xưa, một vị quốc vương nọ có một người hầu rất chăm chỉ. Một hôm, con nai ở hậu hoa viên trong cung bỗng nhiên lăn ra chết. Quốc vương nhớ đến người hầu làm việc chăm chỉ, nên ban tặng con nai chết cho anh ta. Người hầu sung sướng nghĩ: Da nai có thể dùng để may quần áo! Anh ta bèn lấy dao lột da nai, nhưng lưỡi dao quá cùn, bèn tìm hòn đá mài rồi mài mài dao.

Dao mài sắc rồi, anh này bèn vội chạy ra vườn hoa lột da nai. Nhưng chẳng mấy chốc, dao lại cùn, anh ta lại vội vàng chạy về mài dao rồi quay lại vườn hoa lột da. Cứ như thế, anh ta phải chạy đi chạy lại rất nhiều lần, mệt bở hơi tai.

Lúc này, có người mới hỏi anh ta: "Anh làm gì mà cứ chạy qua chạy lại thế?" Anh ta đáp: "Tôi lên nhà mài dao, rồi xuống vườn hoa lột da nai!" Người kia lại hỏi: "Sao anh lại phải lên nhà mài dao?" Anh ta không nghĩ gì mà đáp luôn: "Vì trên nhà có đá mài." Nghe vậy, người kia bật cười: "Chẳng lẽ anh không biết cầm đá mài xuống vườn hoa sao? Làm thế vừa mài được dao, vừa lột được da, đâu phải mệt nhọc như vậy."

Đọc xong chuyện này, nhiều người sẽ nói: "Anh hầu này thật ngốc, đến cả việc như thế mà cũng không biết." Nhưng nhiều lúc, chúng ta cũng giống như anh hầu đó, trước khi làm việc không chịu suy nghĩ, đợi khi làm được một nửa rồi mới phát hiện làm vậy không đúng rồi vội sửa sai. Làm việc phải nghiêm túc, không được có chút sai sót nào, để được như vậy thì trước khi bắt tay vào làm, chúng ta phải định sẵn kế hoạch, từ đó chọn ra cách làm tốt nhất. Marcus Aurelius cho rằng, vừa gặp hạn hán liền cầu mưa không phải là cách hay nhất, nhưng ông cũng cho rằng, nếu cầu mưa thì phải chọn cách chân thành, có hiệu quả nhất. Nếu trước khi làm việc, chúng ta đều có thói quen như vậy thì chẳng những giảm bớt được sai sót mà còn thành công gấp bội nữa.

Cửu văn giải Nobel

Nhà hóa học vĩ đại Nobel là người sáng lập nên giải Nobel với tôn chí cỗ vũ những người có công hiến to lớn đối với sự nghiệp khoa học của nhân loại. Hàng năm,

quỹ Nobel sẽ trao tặng giải thưởng tổng số lên đến 5 triệu đô-la cho những nhà khoa học đoạt giải. Nhưng tới năm 1953, quỹ Nobel chỉ còn lại hơn 3 triệu đô-la.

Quỹ Nobel không tìm ra được cách nào để giải quyết vấn đề nan giải này, cứ như vậy chẳng những quỹ sẽ sớm hết sạch tiền mà giải Nobel cũng phải đối mặt trước nguy cơ ngừng hoạt động, đó là thiệt hại to lớn đối với sự nghiệp khoa học của nhân loại. Vì thế, họ bèn mời công ty cố vấn nổi tiếng của Mỹ là McKinsey giúp giải quyết vấn đề nan giải này.



Công ty cố vấn McKinsey đề nghị sửa đổi cung cách quản lý của quỹ Nobel, gửi số tiền còn lại của quỹ vào ngân hàng, đầu tư số tiền đó vào cổ phiếu và nhà đất. Nhờ vậy, giải Nobel tiếp tục được tổ chức hàng năm, số tiền của quỹ ngày một nhiều lên. Đến năm 1993, tổng quỹ đã lên đến hơn 2,7 tỷ đô la.



### Bài học quan trọng

Tư duy của con người không phải là bát biến, chỉ cần chịu đựng nǎo thì nhất định sẽ  
nghĩ ra được cách làm hay. Có thể cứu được quỹ Nobel khỏi khủng hoảng, máu chốt  
nằm ở việc phá vỡ quan niệm bảo thủ về đầu tư, giúp quỹ Nobel cải tử hoàn sinh.  
Muốn có được phương án tốt nhất, chúng ta không thể làm theo những bước thông  
thường mà cần phải học cách phá vỡ các quy tắc đã định.

## Nguyên văn

Nếu bạn đã làm đúng theo nguyên tắc mà vẫn không làm được việc gì thì đừng vội chán nản, buồn bã, cũng đừng bát mặn. Khi bạn thất bại rồi làm lại từ đầu, chỉ cần phần lớn những chuyện bạn làm phù hợp với bản chất con người thì bạn đã có thể hài lòng với bản thân. Yêu thích căn nhà nơi bạn trở về, nhưng đừng trở về nơi mà đường như Triết học đã trở thành chủ nhân, bạn nhất định phải hành động như người đau mắt dùng bọt biển và lòng trắng trúng, hay như người khác dùng cục thuốc cao, hoặc dùng nước sạch rửa mắt để xoa dịu cái đau vący. Như vậy, bạn sẽ không còn thất bại vì tuân thủ lí trí, bạn sẽ có được sự yên bình từ chúng. Hãy nhớ kĩ, Triết học chỉ yêu cầu những chuyện mà bản chất của bạn yêu cầu, còn bạn lại có kiểu tư duy khác không phù hợp với bản chất của mình. Bạn có thể phản đối và nói: Tại sao chuyện áy lại khiến cho người ta vui vẻ hơn những chuyện bạn đang làm? Đó chẳng phải là vì niềm vui đang lừa dối chúng ta sao? Hãy suy nghĩ lại xem, chẳng phải sự kháng khái, tự do, mẫu mực, bình tĩnh, chân thành sẽ khiến cho con người ta thấy vui vẻ hơn hay sao. Khi bạn nhớ đến tất cả những sự vật tuân theo lí giải và nhận thức cùng quá trình bao đam hạnh phúc của chúng, thì còn có điều gì khiến người ta vui vẻ hơn chính bản thân trí tuệ?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Phải kiên trì theo đuổi lí tưởng của bản thân, không được từ bỏ vì những khó khăn nhất thời

Marcus Aurelius cho rằng, nếu gặp phải thất bại, chỉ cần chuyện ta đang làm là đúng đắn thì không nên bỏ cuộc, quá l้า thì cũng chỉ là làm lại từ đầu mà thôi. Tinh thần bất khuất này quả thực đáng để chúng ta học tập. Trong cuộc sống, chúng ta rồi cũng sẽ gặp phải vô số trở ngại, nhưng liệu ta thực sự có được dũng khí “làm lại từ đầu” hay không?

Matsushita Konosuke hồi trẻ tuy xuất thân bần hàn nhưng rất đam mê ngành điện, quyết tâm sẽ thành công trong ngành ấy. Một hôm, ông đến xin việc tại một công xưởng điện khí, người quản lý nhân sự thấy ông ăn mặc lôi thôi, thân hình lại thấp bé, liền nói: “Chúng tôi tạm thời vẫn chưa thiếu người, tháng sau anh hãy quay lại nhé!”

Đó rõ ràng là một câu đuôi khéo, nhưng Matsushita Konosuke lại tin là thật, một tháng sau ông quay lại, người quản lý nhân sự kinh ngạc, nhưng vẫn thoái thác: “Tôi bận lắm, mấy hôm nữa anh quay lại nhé!” Matsushita Konosuke vẫn không nản lòng, cuối cùng người quản lý đành nói thật: “Anh trông bẩn thỉu thế này, công xưởng chúng tôi không cần người như vậy.” Về nhà, ông bèn mua một bộ quần áo mới rồi lại đến ứng tuyển. Người phụ trách lại nói: “Theo kiểm tra sơ bộ, kiến thức của anh về điện khí hóa quá ít, chúng tôi không nhận anh được.”

Vài tháng sau, Matsushita Konosuke lại đến xin việc, ông nói: “Tôi đã học rất nhiều về điện khí hóa, ngoài xem tôi còn thiếu sót gì, tôi sẽ cố gắng hơn nữa.” Người quản lý nhân sự thấy ông có tinh thần không chịu khuất phục bèn nhận ông vào. Dựa vào nỗ lực của bản thân, cuối cùng Matsushita Konosuke trở thành nhân vật huyền thoại trong ngành điện khí hóa Nhật Bản.

Trong hành trình tìm việc, Matsushita Konosuke đã bị từ chối rất nhiều lần, nhưng ông không hề bỏ cuộc. Ông biết rằng, chỉ cần kiên trì đi theo con đường mình đã chọn thì sẽ có ngày thành công. Khi chúng ta cảm thấy đau khổ vì thất bại, hãy thử nghĩ: Mình đã thất bại bao nhiêu lần?

Những lần thất bại ấy có đáng để mình từ bỏ ước mơ của bản thân không?

Con đường ước mơ

Ước mơ  
ban đầu

Khi còn nhỏ, cậu tình cờ nhận ra sức hấp dẫn của âm nhạc, từ đó cậu ước mơ sau này sẽ trở thành ca sĩ.



Bản khoán  
về ước mơ

Lớn lên, chịu sự ảnh hưởng của gia đình, cậu vào học trường Luật, cha muốn cậu sau này trở thành luật sư.



Khó khăn  
của ước mơ

Tốt nghiệp đại học, cậu không làm luật sư mà đến vũ trường làm ca sĩ, thu nhập thấp nên cuộc sống rất khốn khổ.



Hào quang  
của ước mơ

Sau vài năm kiên trì theo đuổi ước mơ, cuối cùng cậu cũng lọt vào mắt xanh của một công ty sản xuất âm nhạc, phát hành thành công đĩa CD của mình, bước những bước đầu tiên trên con đường mơ ước.



### Bài học quan trọng

Trên hành trình thực hiện lí tưởng của mình, chắc chắn ta sẽ gặp phải vô số khó khăn, trở ngại. Phần lớn mọi người khi đối diện với khó khăn thường chọn đi con đường khác dễ dàng hơn, còn người kiên trì thì chọn đi tiếp con đường đã chọn, cho dù con đường đó không hề bằng phẳng nhưng cuối cùng sẽ tìm được chính mình và điều mình mơ ước.

## Nguyên văn

Hãy tôn trọng thứ tốt nhất trong vũ trụ, đó chính là thứ có thể lợi dụng và chỉ dẫn được cho tất cả các sự vật khác. Đồng thời cũng phải tôn trọng thứ tốt nhất của bản thân bạn, nó cũng có tính chất tương tự như trên. Bởi khi thứ lợi dụng được tất cả các sự vật khác thuộc về bản thân bạn thì cuộc sống của bạn sẽ được nó chỉ đường dẫn lối.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Hãy tìm ra bản sắc riêng của mình và kiên trì giữ chặt lấy nó

Trong mắt Marcus Aurelius, trong vũ trụ này luôn tồn tại một quy luật phù hợp với tất cả mọi chân lí, có thể dùng để chỉ dẫn vạn vật, vạn sự trên đời. Chỉ cần ta nắm vững quy luật ấy, đồng thời nếu bản thân ta cũng có phẩm chất tốt đẹp thì ta hoàn toàn có thể làm được những điều đúng đắn, thậm chí còn có thể phát hiện ra giá trị của cuộc đời.

Chắc hẳn mọi người đã quá quen thuộc với câu chuyện Thỏ và Rùa, nhưng có lẽ không nhiều người biết đến câu chuyện được một nhà văn Hàn Quốc viết tiếp và miêu tả việc “Làm thế nào để thể hiện bản thân một cách tốt nhất”. Rùa thắng trong cuộc thi, Thỏ không cam tâm, tiếp tục đưa thử thách đấu. Rùa nhận lời, trong lòng thấp thỏm không yên. Sau khi trở về làng Rùa, trưởng làng quyết định dốc hết sức để nghiên cứu chiến thuật mới, giúp Rùa thắng trận. Họ phát minh ra một loại mai rùa mới, có thể giảm lực cản, tăng tốc độ. Ngày thi đến, Rùa giật mình trước trang bị của Thỏ, bởi nó đi giày thể thao có thể tăng tốc độ chạy gấp nhiều lần. Cuộc thi hôm đó, Rùa thất bại thảm hại. Nó trở về nhà, chán nản, üz rũ một thời gian dài. Cuối cùng, dưới sự động viên của gia đình, Rùa thử bắt tay vào viết lại câu chuyện của mình, cuốn sách được xuất bản và bán rất chạy. Rùa trở thành nhà văn, thể hiện được hết giá trị của bản thân trong cuộc đời.

Những việc chú Rùa trong truyện đã làm sau khi thất bại cũng chính là quá trình “Tìm ra chính mình”, nhiều khi quá trình này mất rất nhiều thời gian. Mã Vân - người sáng lập trang web Alibaba, khi còn trẻ hâu như không có tài năng gì nổi trội, ngày ngày đạp xe xích lô kiếm sống. Một hôm, Mã Vân nhặt được một cuốn sách bên đường, sau khi đọc xong, ông bắt đầu nhận thấy cứ sống mãi thế này chẳng có ý nghĩa gì cả. Thế là ông bắt đầu gom lại những cuốn sách đã bị mình vứt bỏ rồi miệt mài đọc. Nhiều người không tin một anh chàng đạp xích lô lại có thể thi đỗ đại học, nhưng ý chí kiên cường của Mã Vân đã giúp ông chứng minh bản thân bằng chính nỗ lực của mình. Sau khi tốt nghiệp đại học, Mã Vân trở thành thầy giáo, ông hết lòng dạy dỗ học trò, nhiều lần được bầu làm thầy giáo ưu tú. Trên thực tế, việc một anh chàng đạp xe xích lô thành thầy giáo đã là chuyện khó tin, nhưng Mã Vân vẫn không bẳng lòng với bản thân, ông biết giá trị của mình không chỉ có vậy. Sau này, Mã Vân cùng vài người bạn hùn vốn và lập nên trang web Alibaba, cuối cùng đã dựng nên được một trong những công ty phần mềm có giá trị ở Trung Quốc.

Thành công của Mã Vân không chỉ nhờ vào vận may, bởi trong quá trình tìm kiếm giá trị của bản thân, ông đã phải đi không ít đường vòng. Chỉ cần chúng ta không ngừng cố gắng, chắc chắn sẽ có ngày tìm được thành công.

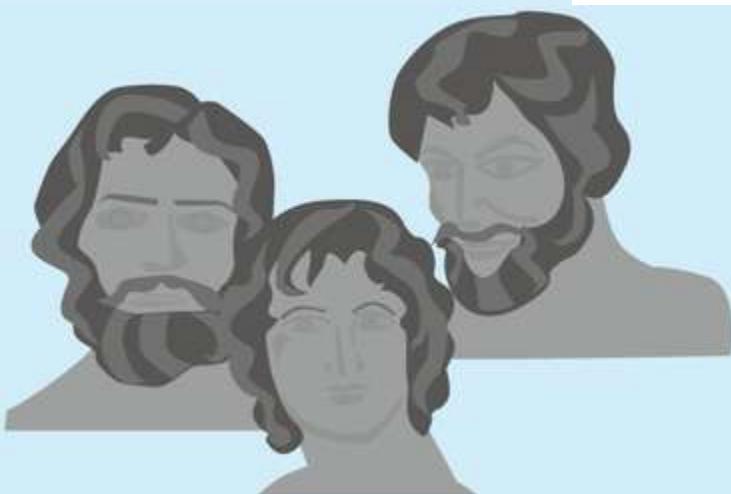
Đừng tùy tiện áp đặt số phận cho mình

## Nghệ sĩ mù màu

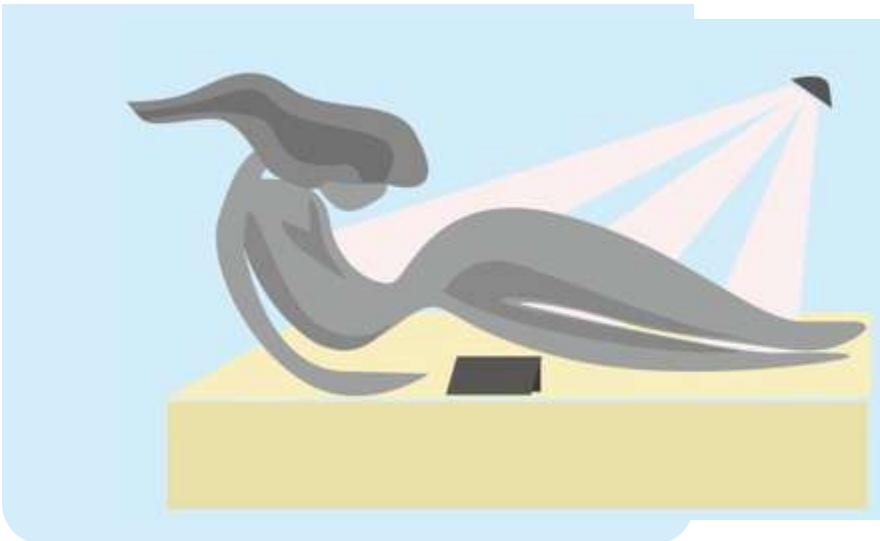
Có một cậu học trò vô cùng đam mê mĩ thuật, suốt 5 năm ròng rã, cậu quyết thi vào Học viện Mĩ thuật nhưng đều không trúng tuyển. Điểm vẽ phác họa của cậu rất cao nhưng phần màu sắc lại không đạt tiêu chuẩn, bởi cậu bị mù màu.



Đúng vào lúc cậu học trò sắp từ bỏ giấc mơ của mình thì một thầy giáo trong trường Mĩ thuật chú ý đến cậu, ông đưa cậu đến một căn phòng chứa đầy các tác phẩm điêu khắc và nói: "Cậu có muốn trở thành nhà điêu khắc không?"



Từ ấy, cậu miệt mài học điêu khắc, toàn tâm toàn trí phát huy tài năng thiên phú của mình trong thế giới nghệ thuật ấy, nhiều năm sau, cậu trở thành nhà điêu khắc nổi tiếng, tên tuổi cùng các tác phẩm của cậu đã vượt khỏi biên giới đất nước, nổi tiếng khắp mọi nơi trên thế giới.



### Bài học quan trọng

Hellen Keller, nhà giáo mù nổi tiếng của Mỹ đã từng nói: “Thượng đế khiến tôi mất đi đôi mắt, thực ra là muốn tôi phát huy tiềm lực và tài năng của bản thân.” Khi chúng ta có những khiếm khuyết nào đó, đừng bao giờ vội vàng “đóng đinh” vào chúng, không có chuyện gì là tuyệt đối cả, chỉ cần bạn chưa từng thử thì đừng dễ dàng từ bỏ.

## Nguyên văn

*Những chuyện không làm tổn hại đến đất nước thì cũng sẽ không làm tổn hại đến nhân dân. Đối với tất cả những chuyện trông có vẻ gây tổn hại, thì nên áp dụng nguyên tắc sau: Nếu đất nước không bị làm tổn hại thì ta cũng không phải chịu bất cứ tổn hại nào. Nếu đất nước bị tổn hại thì bạn đừng tức giận với kẻ đã làm tổn hại đến đất nước mà hãy chỉ ra sai lầm cho họ.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Mục đích của phê bình nên là để giải quyết vấn đề

Marcus Aurelius đã chỉ ra cho chúng ta điểm cốt yếu của việc phê bình, đó là: Chỉ rõ sai lầm, chứ không phải trách móc, rầy la. Người xưa có câu: “Nhân vô thập toàn”, không ai là hoàn hảo, không bao giờ mắc sai lầm cả. Nếu mắc sai lầm là chuyện khó tránh khỏi thì chúng ta nên có thái độ thận trọng khi đối mặt với những người mắc sai lầm. Nếu ta dễ dàng nổi giận thì không những không giải quyết được vấn đề mà ngược lại còn khiến cho tình hình càng xấu đi hơn.

Doanh nhân nổi tiếng Rockefeller có một người bạn làm ăn là Bedford. Ông này có một vụ làm ăn ở Nam Mĩ, nhưng do phương án kinh doanh sai lầm nên khiến công ty dầu mỏ Mobil phải chịu tổn thất lên đến một triệu đô-la. Việc kinh doanh thất bại là đòn đau chí tử đối với Bedford, đồng thời ông còn có nghĩa vụ phải giải trình sai lầm đó với Rockefeller nữa. Nó giống như bạn đã rất đau lòng vì mắc lỗi nhưng còn bị cô giáo gọi lên văn phòng vậy.

Tâm trạng thấp thỏm, Bedford bước vào phòng làm việc của Rockefeller, nhưng ông nhận thấy Rockefeller rất điềm tĩnh, đang ngồi bên bàn viết gì đó lên giấy. Vừa nhìn thấy Bedford, Rockefeller bèn bình thản nói: “Ông Bedford, tôi nghĩ chắc hẳn ông đã hiểu rõ tại sao mình lại thất bại nên trước khi gọi ông đến, tôi đã làm một vài ghi chú.”

Bedford vô cùng bối rối, tại sao Rockefeller lại không trách móc gì mình? Rốt cuộc ông ta đã viết những ghi chú gì? Chẳng lẽ là lí do cho mình thôi việc?

Chẳng bao lâu sau, khi Bedford bước ra khỏi văn phòng của Rockefeller, tâm trạng ông vô cùng thoái mái, còn thầm hạ quyết tâm sau này sẽ càng cố gắng nỗ lực làm việc để bù đắp lại tổn thất lần này.

Vì đâu mà Bedford lại trở nên như vậy? Ông kể lại: “Thực ra trên tờ giấy đó viết *Những cống hiến cho công ty của Bedford*, ngài Rockefeller đã liệt ra rất nhiều ưu điểm của tôi. Ông ấy nói tôi đã từng đóng góp rất nhiều thành quả cho công ty, những điều ấy vượt xa tổn thất lần này. Ông ấy không những không nổi giận với tôi mà còn động viên tôi rất nhiều...”

Rockefeller không hề nói một câu khó nghe nào, cũng chẳng hé lộ ra thái độ khó chịu, nhưng vẫn khiến cho Bedford ngay lập tức nhận thức được sai lầm của bản thân. Có thể thấy, phê bình hiệu quả không nhất định phải giương mày trợn mắt, nổi giận lôi đình. Có những lúc, áp dụng sách lược “Vu hồi” lại có thể đạt được hiệu quả tốt hơn nhiều.

Bí quyết phê bình

### Khen trước chê sau

TÔI THẤY CÔ LÀM VIỆC RẤT CHUYÊN TÂM, LẠI CÓ KẾ HOẠCH NỮA.

THỰC RA TÔI VẪN CHƯA LÀM TỐT LẮM À...

UHM, CHỈ CẦN CÒ CẨN THẬN HƠN CHÚT NỮA LÀ ĐƯỢC, BẢN KẾ HOẠCH NÀY CÓ VÀI ĐIỂM SAI SỐT, CÔ SỬA LẠI ĐI NHÉ!

VÀNG TÔI SẼ SỬA LẠI NGAY!



Trước khi chỉ trích sai lầm của người khác, nếu bạn khen ngợi ưu điểm của đối phương trước thì có thể tạo nên một điểm "cân bằng". Tâm trạng đối phương không những sẽ thoải mái hơn mà còn có thái độ tốt hơn. Khi ấy nói ra sai sót của họ sẽ khiến họ dễ dàng tiếp nhận hơn.

### Đặt mình vào vị trí người khác

LÚC TÔI CÒN TRẺ NHƯ CẬU, LÀM VIỆC GI CŨNG KHÔNG CẨN THẬN, SUỐT NGÀY BỊ SẾP MẮNG.

THẬT À?

Ừ, NHƯNG TÔI HI VỌNG CẬU SẼ LÀM ĐƯỢC TỐT HƠN TÔI, CẬU CÓ LÀM ĐƯỢC KHÔNG?

DẠ, TẤT NHIÊN LÀ ĐƯỢC À!



Chẳng ai muốn bị người khác nói đến điểm yếu của mình, vì thế, khi chúng ta phê bình người khác, hãy thử nhắc đến những khuyết điểm trước. Làm như vậy, đối phương sẽ không còn cảm thấy bất bình mà dễ dàng đón nhận ý kiến, góp ý.

### Tập trung vào sự việc chứ không phải con người

NẾU LÀ TÔI, TÔI SẼ GỌI ĐIỆN CHO KHÁCH HÀNG TRƯỚC RỒI MỚI ĐẾN GẶP HỌ, NHƯ VẬY SẼ KHÔNG LÃNG PHÍ THỜI GIAN.

THẾ NHÉ, HI VỌNG CẬU SẼ LÀM TỐT

VÀNG TÔI HIỂU RỒI À.



Không nên đặt trọng điểm của phê bình vào đối phương mà nên nhắm vào quá trình thực hiện sự việc, làm vậy chẳng những đối phương dễ dàng tiếp nhận mà còn có thể đưa ra những phương pháp khả thi hơn để giải quyết vấn đề.

### Bài học quan trọng

Vào thời đại mà các “mối quan hệ” ngày một trở nên quan trọng như ngày nay, chúng ta phải học cách không chế cảm xúc của bản thân, không thể vì những xúc động nhất thời mà có những lời lẽ khó nghe. Thực ra, chỉ cần lỗi lầm của người khác vẫn có thể chấp nhận được thì chúng ta không nhất thiết vì thế mà nổi giận, nghệ thuật phê bình còn có một tầng cao hơn nữa, ấy chính là “Khoan dung” và “Nhường nhịn”.

## Nguyên văn

Đừng thiếu suy nghĩ mà để cho mình bị dắt mũi bởi hiện tượng của sự vật, hãy tùy theo khả năng của mình để xem nó có thích hợp trong việc đem lại ích lợi cho mọi người hay không; nếu nó chưa đựng những tốn thất vật chất không đáng kể thì cũng đừng coi nó là một dạng tốn thất. Bởi lẽ đó là một thói quen xấu. Nhưng khi cụ già giàn đát xa trời hồi tưởng lại thời kì đỉnh cao của mình, ghi nhớ đó là thời hoàng kim rực rỡ, thì trong hoàn cảnh ấy, bạn cũng phải làm như vậy.

Khi bạn đứng trên đàm cao kêu gọi, hối con người, người đã quên hết những chuyện đó là gì rồi sao? - Đúng vậy, nhưng chúng là đối tượng mà những người ấy vô cùng quan tâm. - Chính người cũng sẽ xử một cách ngu xuẩn như vậy trước chúng sao? - Tôi đã từng là một người may mắn, nhưng tôi đã đánh mất nó và không biết phải làm sao. - Nhưng may mắn chỉ là một dạng vận mệnh tốt đẹp mà mỗi người tự trao cho chính bản thân mình: Đó chính là sự sắp xếp lí tưởng của linh hồn, của tâm trạng và hành vi tốt đẹp.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Khi gặp bất cứ chuyện gì, suy nghĩ kĩ càng thì chỉ có lợi chứ không có hại

Làm thế nào mới hiểu được rõ chân tướng sự việc? Marcus Aurelius đã chỉ ra rằng: Đừng để bị mờ mắt bởi vẻ bề ngoài của sự việc, hãy đi tìm bản chất thật sự của nó. Trong thời đại bùng nổ tri thức này, mỗi ngày chúng ta lại phải đối mặt với vô số thông tin, chỉ có nghiêm túc suy nghĩ, nhìn rõ bản chất của sự việc thì mới có thể linh ngô được chân lí.

Có hai thiên thần đang trên đường đi du ngoạn, họ đến xin nghỉ lại ở một gia đình giàu có. Chủ nhà từ chối cho hai thiên thần nghỉ trong phòng ngủ mà bắt họ ở trong căn hầm lạnh lẽo dưới mặt đất. Lúc này, vị thiên thần già phát hiện trên bức tường trong hầm có một cái lỗ, bèn tiện tay trám lại. Vị thiên thần trẻ thắc mắc: “Lão áy đổi xử với chúng ta như vậy, sao Người còn làm chuyện tốt cho lão?” Vị thiên thần già đáp: “Có những chuyện không hoàn toàn giống như vẻ ngoài của nó.”

Đêm hôm sau, hai thiên thần lại đến một gia đình nghèo. Hai vợ chồng nhà này đón tiếp thiên thần rất nhiệt tình, đem đồ ăn ngon ra mời họ, tối đến còn mời hai thiên thần nằm ngủ trên giường của mình. Sớm hôm sau, hai thiên thần thấy vợ chồng nhà nọ đang ngồi khóc, hóa ra con bò sữa của họ bỗng nhiên lăn ra chết, nó là nguồn sống duy nhất của cả nhà. Vị thiên thần trẻ không hiểu nổi, bèn trách hỏi thiên thần già: “Lão nhà giàu kia cái gì cũng có, Người lại còn trám lại tường cho lão ta, vợ chồng nhà này hiền lành là vậy, sao Người không ngăn con bò khỏi chết?” Thiên thần già trả lời: “Có những chuyện không hoàn toàn giống như vẻ ngoài của nó. Hôm trước, ta nhìn thấy trong lỗ áy chát đầy vàng bạc châu báu, lão nhà giàu ham tiền đến mờ mắt, không chịu giúp đỡ người nghèo, vây nên ta mới trám cái lỗ lại. Tối qua, Tử thần đến lấy mạng hai vợ chồng nhà này, ta mới đem con bò sữa thé mạng cho họ...”

Thiên thần trẻ nhiệt tình nồng nỗi, dễ xúc động, chỉ nhìn thấy bề mặt sự việc đã vội đưa ra kết luận. Nếu không có vị thiên thần già thì kết quả cuối cùng là cái lỗ trên tường lão nhà giàu vẫn còn mà vợ chồng nhà nghèo kia thì phải mất mạng chôn hoàng tuyễn. Hãy thử nghĩ xem, trong cuộc sống, chúng ta là vị thiên thần nào? Nếu bạn có tật bô chộp, nồng nỗi thì hãy rèn cho mình thói

quen “suy nghĩ trước khi làm”, chỉ có như vậy mới mang ta lại gần hơn với “Lí trí” và “Chân lí”.

### Giả tưởng tồn tại ở khắp mọi nơi

Hai người A và B cùng tham gia một trò chơi có quy tắc là viết các số 1, 2, 3, 4 lên bốn tờ giấy, sau đó quy ước mỗi lần rút hai tờ, nếu tổng hai số là số chẵn thì A thắng, tổng 2 số là số lẻ thì B thắng.

Về bề ngoài

Tình hình thực tế

Trò chơi này rất công bằng, 2 người A và B đều có cơ hội ngang nhau. Khả năng thắng thua của cả 2 là 50:50.

Liệt kê tất cả các tổ hợp của 4 số 1, 2, 3, 4:

$$1+2=3$$

$$1+3=4$$

$$1+4=5$$

$$2+3=5$$

$$2+4=6$$

$$3+4=7$$

Tổ hợp có tổng là số chẵn có hai khả năng, nhưng tổ hợp có tổng là số lẻ lại có tới bốn.



Ngày trước, trò chơi này trở thành mánh lừa đảo của rất nhiều tên lưu manh chuyên lừa gạt ngoài đường phố, chúng dùng "phép che mắt" để khiến cho mọi người bị lầm lẫn, dẫn đến nhiều người bị mắc lừa là vì thế. Thực ra, đây là một phép tính cộng trừ rất đơn giản, song rất nhiều người lại không chịu tính toán. Trong nhiều trường hợp, để đi đến chân tướng sự thật không hề khó, mà khó là ở chỗ bạn có chịu đi đến đó hay không.

### Bài học quan trọng

*Thói quen “Suy nghĩ kỹ trước khi làm” không những giúp chúng ta khỏi bị mắc lừa mà còn có ảnh hưởng tích cực đến cuộc sống và công việc. Chúng ta có thể thông qua tư duy để thu nhận những kiến thức có ích, loại bỏ những thông tin không cần thiết, hơn nữa, tư duy trong công việc còn giúp nâng cao năng suất lao động lên gấp nhiều lần.*

## PHẦN 6 > ĐÁNH GIÁ GIÁ TRỊ CỦA CUỘC SỐNG

Đâu là giá trị của cuộc sống? Trong phần này, chúng ta sẽ cùng vị hoàng đế La Mã vĩ đại này đi tìm câu trả lời cho giá trị cuộc sống. Giá trị của bản thân không tồn tại vì những lời đánh giá của người khác hay sự thay đổi của môi trường, hoàn cảnh, một người muốn thực hiện giá trị của mình thì bắt buộc phải biết kiên trì.

- Đặt trách nhiệm lên hàng đầu
- Thế giới này không tồn tại vĩnh hằng
- Thay vì đó kí, hãy cố gắng phát huy
- Giữ gìn bản sắc của mình
- Giá trị của con người không tồn tại bởi những lời đánh giá
- Lùi một bước trời cao biển rộng
- Nhân ái là vô địch



### 1 ĐẶT TRÁCH NHIỆM LÊN HÀNG ĐẦU

#### Nguyên văn

Nếu bạn đang thực hiện trách nhiệm của mình, bất kể bạn đang đối mặt với rét hay no ám, hổ đồ hay tinh táo, bị người khác chỉ trích hay được khen ngợi, sắp chết hay đang làm việc gì khác, thì cũng đừng để bị ảnh hưởng bởi bất cứ điều gì. Bởi đó là con đường bạn bắt buộc phải đi trên hành trình tồn tại, trước khi chết, tất cả chúng ta đều phải đi qua con đường ấy, thế nên làm tốt việc chúng ta phải làm trong cuộc đời này là đủ rồi.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Người có ý thức trách nhiệm xã hội mới giànhanh được sự tôn trọng của người khác

Về bê ngoài, Marcus Aurelius dường như nhấn mạnh việc một người phải làm tốt công việc của mình, nhưng phân tích kỹ hơn, ta sẽ phát hiện thấy, ông đưa ra vấn đề “Thực hiện trách nhiệm”, mà lí do ta phải làm tốt công việc của mình chính là vì trách nhiệm. Người có tinh thần trách nhiệm không bao giờ quan tâm đến những tác động của điều kiện ngoại cảnh mà sẽ dùng hết sức mình để hoàn thành sứ mệnh.

Con người khác với động vật là ở chỗ con người có tính xã hội. Trí tuệ và thói quen của động vật quyết định mối quan hệ giữa chúng, chỉ cần thỏa mãn nhu cầu sinh tồn và sinh sản là được. Nhu cầu của con người có nhiều tầng lớp, xã hội loài người dần dần phát triển thành một thế giới với rất nhiều nhu cầu khác nhau. Nhìn từ góc độ xã hội, mỗi người đều tồn tại để thỏa mãn nhu cầu của bản thân, đồng thời cũng thông qua công việc để thỏa mãn nhu cầu của người khác. Trong quá trình đó, con người tự định vị cho mình, ví dụ nhu bác sĩ thì trách nhiệm nghề nghiệp của ông ta là chữa bệnh cứu người, thỏa mãn nhu cầu của bệnh nhân, đồng thời cũng nhận được thù lao nhất định để thỏa mãn sự tồn tại của bản thân và nhiều nhu cầu được tôn trọng khác. Vì thế, một người làm nghề gì thì tự nhiên cũng sẽ được giao cho trách nhiệm xã hội tương đương.

Năm 2008, trận động đất ở Vân Châu, Tứ Xuyên, Trung Quốc trở thành một tấn đại bi kịch. Trong tấn bi kịch ấy, xuất hiện một nhân vật gây tranh cãi, đó là một giáo viên địa phương. Trên mạng Internet, anh ta nói mình đã chạy ra khỏi lớp học trong khoảnh khắc động đất lịch sử ấy. Hành động này phù hợp với bản năng của con người, nhưng lại gặp phải rất nhiều sự phản đối, dư luận tập trung vào việc người thầy giáo này đã không làm tròn trách nhiệm của mình. Nếu đơn thuần từ góc độ loài người, chạy trốn để bảo toàn tính mạng khi gặp nguy hiểm quả thực không có gì sai, nhưng con người ngoài tính động vật ra còn có tính xã hội. “Giáo viên” là một nghề có tính trách nhiệm xã hội, tồn tại để thỏa mãn nhu cầu học tập và trưởng thành của học trò, nếu người giáo viên không làm tròn trách nhiệm thì nên bị quy lỗi “thiếu trách nhiệm”. Điều này không cần phải lấy thước đo đạo đức ra để thảo luận, bởi đó là nghĩa vụ của con người trong xã hội. Nếu chúng ta làm việc trong một ngành nghề nào đó thì nên có trách nhiệm với sứ mệnh của mình. Nhân viên quản lý chất lượng sản phẩm sẽ không bao giờ cho phép đưa sản phẩm kém chất lượng vào thị trường; bác sĩ sẽ không bao giờ được làm ngo trước bệnh tình của bệnh nhân, coi mạng người như cỏ rác; quan chức không thể nào vì hám lợi mà lạm dụng chức quyền, không quan tâm đến quyền lợi và nhu cầu của người nộp thuế. Cũng như vậy, người giáo viên không thể bỏ mặc sự an nguy của học sinh mình. Khi chúng ta đã làm nghề gì thì nên có trách nhiệm làm tốt công việc ấy. Những kẻ lơ là chức trách không những sẽ chẳng có nỗi sự nghiệp gì mà cũng sẽ không bao giờ được người khác công nhận hay coi trọng. Còn những người có tinh thần trách nhiệm cao thì không những sự nghiệp sẽ khởi sắc mà còn được người người tôn trọng.

## Ba trách nhiệm của con người

### Trách nhiệm với bản thân

Tôi phải làm gì, làm như thế nào? Phải làm sao để cuộc sống của tôi được hạnh phúc? Những mối lo âu, suy nghĩ này đều bắt nguồn từ ý thức trách nhiệm với bản thân, một người có trách nhiệm với chính mình thì nhất định là người lạc quan, có chí tiến thủ.

### Trách nhiệm với gia đình

Một người chỉ cần tạo dựng nên gia đình riêng của mình thì trách nhiệm của người ấy sẽ không còn đơn thuần là với bản thân mình nữa. Những nhu cầu và hạnh phúc của người thân có liên hệ mật thiết với ta, đòi hỏi ta phải gánh vác càng nhiều trách nhiệm hơn nữa.

### Trách nhiệm với xã hội

Một người chắc chắn sẽ phải giữ một vị trí nhất định trong xã hội, ví dụ như giáo viên, luật sư, bác sĩ, viên chức... Mỗi vị trí đều có trách nhiệm tương đương, yêu cầu mỗi người đều phải có trách nhiệm với xã hội.

Nếu mỗi chúng ta nhất định phải có những trách nhiệm xã hội không thể thoái thác được thì không có lí do gì để ta trốn tránh. Nhất là đối với những nghề nghiệp đặc biệt, chỉ cần một chút lơ là sẽ gây ra hậu quả khôn lường. Tinh thần trách nhiệm cao hay không có quan hệ mật thiết với sự thành công của mỗi người.

## Trách nhiệm nặng tựa thái sơn

Ngày 26 tháng 4 năm 1986, lò phản ứng số 4 của nhà máy điện hạt nhân Chernobyl ở Prypiat - khu vực rừng rậm của Ukraina đã phát nổ. Đây được coi là thảm họa hạt nhân trầm trọng nhất trong lịch sử. Ô nhiễm phóng xạ không chỉ ảnh hưởng đến một vùng rộng lớn quanh khu vực nhà máy mà còn ảnh hưởng đến cả các nước láng giềng Thụy Điển, Phần Lan, Ba Lan, gây chú ý đặc biệt trên toàn thế giới.



### **Bài học quan trọng**

*Tinh thần trách nhiệm của một người liên quan mật thiết đến sự thành công hay không trong sự nghiệp của anh ta. Người có tinh thần trách nhiệm cao tuy có vẻ mệt mỏi hơn người khác nhưng lại có được những thứ mà kẻ lười biếng, vô trách nhiệm không bao giờ có được. Tinh thần trách nhiệm ti lệ thuận với sự phát triển của sự nghiệp.*

## Nguyên văn

Tất cả những sự vật đang tồn tại đều sẽ nhanh chóng bị thay đổi, đều sẽ phải trở về với cát bụi; nếu thế giới này đúng là một thực thể thì có thể chúng cũng phải chịu sự phân giải vào một ngày nào đó.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Hãy dùng đôi mắt có tầm phát triển để nhìn nhận sự vật

Trong tư tưởng triết học của Marcus Aurelius có một quan điểm rất nổi bật, đó chính là “Quan điểm vận động một cách tuyệt đối”. Trong mắt ông, thế giới này không phải bất biến, mà nó đang vận động và có thể thay đổi bất cứ lúc nào. Điều này không hẹn mà lại hoàn toàn phù hợp với tư tưởng chủ đạo của vũ trụ học, không ngờ rằng từ rất nhiều năm trước, vị hoàng đế này sớm đã phát hiện ra bí mật của vũ trụ.

Khi con người mới nhận thức sơ khai về vũ trụ, họ cho rằng Trái đất và các tinh thể xung quanh nó đều tồn tại trong trạng thái tĩnh (tương đối tĩnh, cũng chính là vị trí cố định không thay đổi, chỉ vận động tại chỗ). Nhưng rồi đến một ngày, các nhà khoa học phát hiện ra tất cả các tinh cầu đều đang di động, các tinh cầu xung quanh đều đang rời xa chúng ta, tại sao vậy? Theo lí thuyết đó, các nhà khoa học suy đoán: Nếu chúng ta đang di chuyển ra xa thì suy luận ngược lại, khoảng 14 tỉ năm trước, vũ trụ chỉ là một điểm vô cùng nhỏ, nhiệt độ và mật độ của điểm đó tương đối cao. Sau đó, điểm này hình thành một vụ nổ lớn, giải phóng ra các vật chất, hình thành nên vô số tinh cầu và hợp lại thành vũ trụ ngày nay. Còn chúng ta đang trong quá trình hình thành vụ nổ lớn nên mới không ngừng dịch chuyển ra ngoài. Sự dịch chuyển đó phải chẳng là vĩnh viễn? Các nhà khoa học đưa ra những quan điểm như sau: Quan điểm thứ nhất - cũng là quan điểm chủ đạo, đó là khi sự vận động đạt đến trình độ nhất định thì tất cả các vật chất sẽ co lại và trở lại thành một điểm; quan điểm thứ hai là các tinh cầu sẽ không ngừng phát tán cho đến khi lực hấp dẫn không còn tác dụng nữa, vũ trụ trở về trạng thái hỗn độn (không có trình tự), cuối cùng các vật chất sẽ mất đi nhiệt năng và trở thành hư vô. Nhưng cho dù là giả thuyết nào thì cũng bao hàm trong đó một sự thật: Thế giới này không phải là vĩnh hằng.

Nếu thế giới không thể tồn tại vĩnh viễn thì liệu những tư tưởng mà chúng ta đã mặc định xưa nay có thay đổi gì không? Thời Hi Lạp cổ, có một nhà triết học nổi tiếng về trí tuệ, ông được mọi người vô cùng ngưỡng vong, nhưng có một thương nhân lai không phục mà nói rằng: “Tôi quyết phải tận mắt nhìn thấy ông có trí tuệ như thế nào!” Vị triết gia nói: “Thực ra ta không thấy mình có gì thông minh hơn người, chỉ là có những việc vô cùng đơn giản, quan trọng là chúng ta có thể nghĩ ra được hay không thôi. Ví dụ, anh có thể dựng đứng một quả trứng trên mặt phẳng không?” Người thương nhân lấy một quả trứng sống ra nhưng làm thế nào cũng không dựng nó đứng lên được. Vị triết gia bèn nói: “Anh không làm được với quả trứng sống, sao không thử luộc chín nó lên rồi đập đập một đầu, như vậy chẳng phải làm cho quả trứng đứng được rồi sao? Có những việc nếu ta cứ khăng khăng làm theo cách thông thường thì chỉ tổ húc đầu vào tường mà thôi, vấn đề nằm ở chỗ liệu anh có nghĩ ra được cách khác hay không.” Trí tuệ của vị triết gia chính là được bắt nguồn từ “Sự vận động phi vĩnh hằng”, nếu chúng ta cũng biết vận dụng tư tưởng này trong cuộc sống thì chẳng những cuộc đời ta có sự thay đổi vô cùng to lớn mà học tập cũng như công việc cũng sẽ có sự vượt trội hơn người.

## Tâm nhìn phát triển – “Sĩ biệt tam nhật”

Lã Mông (178 – 219), tự Tử Minh, là nhà quân sự nổi tiếng của nước Ngô thời Tam quốc. Hồi đầu, ông đi theo Đặng Dương – bộ tướng của Tôn Sách, sau khi Đặng Dương chết thì ông lên làm thống lĩnh thay. Sau này, Lã Mông đi theo Tôn Quyền, giữ chức Hoàn đâ trung lang tướng. Ông cùng với Chu Du, Trình Phô... làm nên đại chiến Xích Bích, đánh bại Tào Tháo.

Đại tướng Lã Mông của nước Ngô thời Tam quốc là một vị tướng dũng mãnh, thiện chiến song lại có phần không biết dùng sách lược, cũng không chịu đê tâm đọc sách. Trong mắt Lỗ Túc, Lã Mông chỉ là một kẻ hữu dũng vô mưu.

Lỗ Túc (172 – 217), tự Tử Kính, là vị tướng lĩnh quân sự nổi tiếng của nhà Ngô vào cuối thời Đông Hán (Trung Quốc). Ông từng hiến kế giúp cho Tôn Quyền đứng vững được trên đất Giang Đông, được Tôn Quyền rất mực tín nhiệm. Sau khi Chu Du chết, ông là người kế nhiệm, thay Chu Du dẫn quân. Năm Kiến An 22 (năm 217), Lỗ Túc qua đời, hưởng thọ 46 tuổi. Tôn Quyền đích thân đứng ra tổ chức tang lễ cho Lỗ Túc, Gia Cát Lượng cũng không khóc tiếc thương. Một hôm, Lỗ Túc gặp lại Lã Mông, phát hiện ra Lã Mông đã rất khác so với trước đây, cử chỉ lời nói đều rất đúng mực, có học thức. Lỗ Túc cười mà rằng: “Ngài hôm nay không còn là A Mông dưới trướng quân Ngô ngày nào nữa rồi.” Lã Mông đáp: “Kẻ sĩ ba ngày không gặp, phải nhìn bằng con mắt khác.”



## Sự biến đổi của vũ trụ



Một chấm nhỏ phát sáng

Một vũ trụ nổ tung

Một chấm nhỏ phát sáng

Sự biến đổi của vũ trụ vô cùng kì diệu, nhưng quy luật biến đổi của nó cũng vẫn chỉ là suy đoán mà thôi. Chúng ta hãy thử nghĩ, giả sử không có sự suy luận, phán đoán của các nhà khoa học, thì có thể chúng ta cũng sẽ vẫn mãi cho rằng Trái Đất nằm trong trạng thái Tĩnh.

### Bài học quan trọng

*Kẻ sĩ ba ngày không gặp, có thể khiến người khác phải nhìn bằng con mắt khác, có thể thấy rằng, muốn thay đổi bản thân không phải là việc quá khó khăn. Trên thế giới này, không có gì là không thể thay đổi, chỉ cần chúng ta quyết tâm thì trở ngại lớn đến đâu cũng không thể ngăn bước ta được.*

## Nguyên văn

*Cách tự bảo thù tốt nhất chính là đừng bao giờ trở thành người giống như kẻ gây tội ác.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Thù hận và đồ kị không thể giải quyết vấn đề, hãy để cho sự càn cù giúp ta giải quyết

Thù hận là gì? Tại sao chúng ta lại hận thù nhau? Thù hận có thể giải quyết tất cả mọi vấn đề u? Khi Marcus Aurelius suy nghĩ về những câu hỏi này, ông đã rút ra được một quan điểm đầy tính trí tuệ: Báo thù không phải là cách hay để giải quyết vấn đề, nếu bạn cũng trở thành kẻ ác thì việc báo thù sẽ trở nên vô nghĩa.

Thù hận và đồ kị của con người từ đâu mà có? Trong *Kinh Thánh* có một câu chuyện thế này. Adam và Eva có hai người con là Cain và Abel. Hai người cùng sống ở trần thế, Abel chăn cừu còn Cain trồng trọt. Một hôm, hai anh em họ cùng đem dâng công phẩm lên Thượng đế. Cain dâng những hoa trái thu hoạch được trên mảnh đất của mình, còn Abel dâng lên thịt cừu và mỡ sáp. Thượng đế rất thích món quà của Abel, còn không ngó ngàng gì đến quà của Cain. Vì thế mà Cain rất bức tức, mặt biến sắc. Sau đó, Cain nuông lòng đồ kị, dần dần đồ kị biến thành thù hận. Trên cánh đồng, hai anh em vì chuyện công phẩm mà nảy sinh tranh chấp, cuối cùng, trong cơn giận dữ, Cain đã giết chết Abel, trở thành vụ án giết người đầu tiên trong lịch sử nhân loại. Thượng đế biết chuyện bèn nguyên rủ Cain, không cho anh ta được phép trồng trọt trên đồng ruộng nữa mà phải mãi mãi phiêu bạt khắp nhân gian, chịu sự truy sát của người đời. Cain đã dùng lòng đồ kị để phản ứng với sự thiêng vị của Thượng đế, kết quả gây ra họa lớn, có thể thấy, đồ kị không phải là cách để giải quyết vấn đề.

Quan sát thế giới, chúng ta không khó để nhận ra rằng khắp nơi trên Trái đất này luôn tồn tại thù hận và đồ kị, chỉ vì một chút đất đai hay dầu mỏ mà hai tộc người có thể trở thành kẻ thù truyền kiếp, cùng cương quyết không chịu lui bước, đến chết cũng không rũ bỏ lòng thù hận, nhưng dù thế đi chăng nữa thì vấn đề cũng vẫn còn tồn tại mãi, không lời giải đáp. Từ vĩ mô đến vi mô, hãy thử nghĩ lại xem chúng ta có bao giờ vì chút chuyện nhỏ nhặt mà đồ kị bạn bè hay đồng nghiệp mình? Có từng vì đồ kị mà khiến cho quan hệ xã hội của mình trở nên xấu đi? Nếu có, hãy xác định rằng: Chẳng thà vứt bỏ lòng đồ kị và dùng hành động để giải quyết vấn đề còn hơn.

Giả sử chúng ta bị đối thủ vượt mặt vì sai sót nào đó thì cũng đừng đem lòng oán hận mà thay vào đó, điều ta cần làm là rút ra bài học kinh nghiệm để có thể có được sự chuẩn bị tốt nhất cho lần đợt súc tiếp theo. Giả sử chúng ta thất bại vì không đủ năng lực, đừng bao giờ dồn hết sức lực vào việc than trách hay phi báng, hãy tích trữ sức mạnh từ chính thất bại ấy, để khiến khả năng của bản thân ngày một nâng cao.

## Truyền thuyết

Người đời sau dựa trên ghi chép của *Kinh Thánh* để viết tiếp câu chuyện vừa rồi. Sau khi Cain được thả ra, Thượng đế nguyên rủ Cain không bao giờ được lên thiên

đường, phải sống bằng máu người, vĩnh viễn chịu sự ghê lạnh và thù hận của con người. Thế là Cain trở thành ông tổ của ma cà rồng. Truyền thuyết này dù không có cơ sở nào nhưng cũng có thể thấy rằng, sự thù hận trong lòng Cain không hề biến mất vì những lời nguyền.



### Bài học quan trọng

Ai cũng có lòng đó kí, song chúng ta không thể nuôi lớn nó mà phải học cách kiềm chế bản thân. Một mặt biến lòng đó kí thành động lực tiến lên phía trước, mặt khác học cách mở rộng lòng, khoan dung trước thành công của người khác.

## Nguyên văn

Sự lớn lên của thực vật không phải là chuyện gì to tát, sự hô hấp của gia súc và dã thú cũng vậy, qua những hiện tượng này ta thấy được, tựa như con rối bị dục vọng khống chế, chúng tụ lại thành đàn, lấy dinh dưỡng từ thức ăn, đó cũng chẳng phải chuyện gì ghê gớm, vì nó cũng chỉ giống như một bộ phận vô dụng giúp chúng ta chia cắt và phân tách thức ăn mà thôi. Thì chuyện gì mới đáng tôn trọng? Là hai người tán dương nhau chẳng? Không, chúng ta quyết không được tôn trọng những danh vọng nơi đâu môi chót lưỡi, vậy còn điều gì đáng để ta tôn trọng? Ý của ta là, hãy dựa vào kết cấu thích hợp của mình để khích lệ bản thân, ràng buộc bản thân trong tất cả những nghề nghiệp và kỹ năng của chính mình để hướng tới mục tiêu đã định.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Biến đặc điểm của mình trở thành ưu điểm

Marcus Aurelius thông qua quan sát sự vật xung quanh đã có được kết luận sau: Mỗi một sự vật đều có đặc điểm riêng của nó, còn con người nên dựa vào đặc điểm của bản thân để học hỏi các kỹ năng, định rõ mục tiêu cho mình. Trong cuộc sống hiện thực, chúng ta luôn ở trong trạng thái học tập kinh nghiệm của người khác, có lúc còn quên đi ưu thế của bản thân.

Ở Mĩ có một cô bé người da đen, trời phú cho cô bé giọng hát rất hay, cô bé nuôi ước mơ trở thành ca sĩ. Nhưng cô luôn cho rằng mình không đủ xinh đẹp, da lại quá đen, môi thì quá dày. Sau khi tốt nghiệp phổ thông, cô đi làm trong một nhà hàng, thời gian rảnh, cô hát trong quán bar. Hôm đó, một nhà sản xuất âm nhạc nổi tiếng bắt chợt đến quán bar nọ, ông phát hiện ra giọng ca tuyệt vời của cô bé, thấy tài năng đó có thể rèn giũa được, bèn nói với cô: "Cô rất có tài năng, nếu cô đồng ý, tôi muốn mời cô đến thử giọng ở công ty sản xuất âm nhạc của chúng tôi." Cô gái mới đầu mừng rỡ vô cùng, nhưng lại nhanh chóng ủ rũ, bởi cô cảm thấy mình không đủ xinh đẹp. Hôm đó, cô trang điểm rất đậm đến công ty băng đĩa nhạc, khi thử giọng, cô đã có bắt chước cách hát của một ngôi sao đang nổi lúc bấy giờ, đòi hỏi sự biến hóa điêu luyện của giọng hát. Nhà sản xuất âm nhạc xong thì nói với cô: "Sao cô lại như biến thành một người khác vậy? Tôi cảm thấy cô đang học những thứ mình không nên học." Thực ra, cô gái tuy không được xinh đẹp nhưng lại rất đặc biệt, giọng hát vô cùng quyến rũ. Dưới sự dẫn dắt của nhà sản xuất âm nhạc kia, cuối cùng cô cũng nhận ra việc bắt chước giọng hát của người khác là cực kì ngu ngốc, từ đó, cô kiên trì giữ vững bản sắc của riêng mình, cuối cùng đạt được thành công trong làng âm nhạc.

Chúng ta hãy tự hỏi lòng mình: Bản sắc của mình là gì? Những bản sắc đó sẽ khiến mình giỏi trong lĩnh vực gì? Sau khi làm rõ hai điều này, chúng ta có thể xác định được mục tiêu cho mình. Thực ra, ta đừng bao giờ dễ dàng coi đặc điểm của mình là nhược điểm, có lúc những nhược điểm ấy lại là những ưu thế mà người khác không thể so sánh được.

### Đi tìm bản sắc riêng của mình

Cách 1: Dũng cảm thử thách Có người thường nghĩ rằng: “Chắc chắn mình không làm được chuyện này.” Thé là tự bỏ cuộc. Một người mà làm chuyện gì cũng nhìn trước ngó sau thì sẽ khó lòng thành công. Muốn tìm ra ưu điểm của mình thì nhất định phải thử thách bản thân ở những chuyện mình chưa từng làm qua.

⇒ Kiên tướng chạy cự li ngắn nổi tiếng thế giới - Louis - khi còn nhỏ, thành tích thể dục của anh khá tệ, anh cũng chưa từng thích môn thể dục. Một lần, trong tình huống bất đắc dĩ, anh phải tham gia cuộc thi chạy ngắn. Kết quả khiến mọi người vô cùng kinh ngạc, từ đó, anh bắt đầu bước vào sự nghiệp điền kinh và giành được những thành tích huy hoàng.

Cách 2: Tự tin vào bản thân Có người thường nghĩ rằng: “Chắc chắn mình không làm được chuyện này.” Thé là tự bỏ cuộc. Một người mà làm chuyện gì cũng nhìn trước ngó sau thì sẽ khó lòng thành công được. Muốn tìm ra ưu điểm của mình thì nhất định phải thử thách bản thân ở những chuyện mình chưa từng làm qua.

⇒ Carnegie khi còn trẻ không thích nói chuyện, sau này, nhờ một lần phát biểu được mọi người khen ngợi, ông mới dần dần trở nên tự tin. Không những trở thành bậc thầy về nghệ thuật giao tiếp đương đại mà ông còn mở lớp bồi dưỡng khả năng diễn thuyết, giúp mọi người khắc phục những khó khăn thường gặp trong giao tiếp hàng ngày.



### Bài học quan trọng

*Mỗi người đều có khả năng mà người khác không thể thay thế được, điều quan trọng là chúng ta có phát hiện ra hay không, có chịu tìm tòi hay không, nếu đã phát hiện ra thì hãy tiếp tục nỗ lực phát huy, còn nếu chưa tìm ra thì hãy nghĩ thật kĩ: Rốt cuộc mình giỏi nhất chuyện gì?*

## ĐÁNH GIÁ

### Nguyễn văn

*Hành động của con người quả vô cùng kì lạ: Họ không tán thưởng những người sống bên mình, cùng thời đại với mình, mà lại hi vọng bản thân được người đời sau tán thưởng, đồng thời vô cùng coi trọng lời tán thưởng của những người họ chưa từng gặp hoặc sẽ chẳng bao giờ gặp được. Điều ấy cũng giống như việc, bạn đau buồn vì những người sống sau mình không tán dương mình vậy, hết sức nực cười.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Đừng bao giờ sống vì nghe những lời tán dương của kẻ khác

Ở đây, Marcus Aurelius thông qua quan sát hành vi của con người mà phát hiện ra một hiện tượng vô cùng thú vị: Có những người khi còn sống không được người khác thừa nhận, khi chết rồi lại trở thành vĩ nhân. Điều này xem ra rất mỉa mai, nhưng thực chất lại thể hiện một đạo lí: Nhiều khi chúng ta quá quan tâm đến đánh giá của người khác mà lơ là mục tiêu của bản thân.

Trường phái ánh tượng chiếm vị trí rất quan trọng trong nghệ thuật hội họa, song khi trường phái ánh tượng mới ra đời, những họa sĩ theo trường phái này bị liệt vào hàng “phi trào lưu”, chẳng những các tác phẩm của họ không được coi trọng mà cuộc sống cũng không được như ý. Khi trường phái tranh cổ điên đang hưng thịnh, phái ánh tượng bị cho là kệ di tộc, kĩ năng vẽ không theo nguyên tắc thông thường và họ bị vô số những họa sĩ có quyền lực trong giới khinh thường. Song trường phái ánh tượng vẫn kiên trì giữ vững quan điểm của mình, cuối cùng giành được chỗ đứng trong nghệ thuật hội họa. Họa sĩ nổi tiếng của trường phái ánh tượng - Van Gogh chính là ví dụ điển hình của việc “khi còn sống bị khinh rẻ, chết đi được trọng vọng”. Khi còn sống, ông rất thân với họa sĩ Paul Gauguin, nhưng vì các tác phẩm của Van Gogh có phong cách khác lạ nên không được mọi người tán thưởng, nhiều nhà phê bình nghệ thuật coi những tác phẩm của ông là “những nét nguêch ngoạc của trẻ con”. Sau khi Van Gogh từ giã cõi đời, người ta lại tôn ông lên làm đại sứ, các tác phẩm của ông trở nên đắt giá, là tiêu điểm trong những cuộc bán đấu giá. Vậy giá trị của Van Gogh nằm ở đâu? Có người nói ông không có giá trị, vì tất cả danh vọng ông có được đều là khi ông đã không còn trên cõi đời này, tại sao phải cố gắng hết sức mình vì những thứ khi còn sống không được hưởng thụ? Đây cũng chính là vấn đề tồn tại phổ biến của chúng ta, chủ nghĩa danh vọng khiến tầm nhìn của chúng ta trở nên hạn hẹp, không nhìn thấy những giá trị cao xa hơn.

Có một vị thương nhân kiêm được rất nhiều tiền, quyết tâm làm việc thiện. Trước tiên, ông không ngừng đi quyên tiền, nhưng rồi ông nhận ra quyên tiền không thể giúp người nghèo khổ lên được, thế là ông bắt đầu trồng cây. Ở những nơi đất đai cằn cỗi, ông mời chuyên gia đến xem nên trồng loại cây gì để có thể cải tạo đất. Có người tò mò hỏi: “Trồng cây cũng tính là làm việc thiện ư? Chẳng thà đem tiền đó giúp đỡ những người khó khăn.” Vị thương nhân đáp: “Nhiều tiền đến đâu thì đến một ngày nào đó cũng sẽ tiêu hết, nhưng trồng cây lại là kế sách lâu dài. Sau khi cây lớn, chẳng những có thể làm chông xói mòn đất, cải thiện thổ nhưỡng mà còn cho nguồn thu đáng kể nữa. Có thể điều này không nhìn thấy hiệu quả ngay nhưng sớm muộn cũng có ngày nguyện vọng của tôi thành hiện thực.” Nếu chúng ta cứ mãi vì lợi ích trước mắt mà bỏ qua sự phát triển lâu dài thì sẽ lợi bất cập hại. Một nhân viên mới vào công ty, tuy chẳng có chút kinh nghiệm nào nhưng cứ đòi tăng lương thì người đó sẽ chỉ vì cái lợi trước mắt mà mất đi nhiều cơ hội sau này.

## Những bậc vĩ nhân sau khi tạ thế mới được người đời trọng vọng

### Ké điên vì nghệ thuật – Van Gogh

Vincent Willem Van Gogh (1853 – 1890) là nhân vật đại diện tiêu biểu cho trường phái tranh ẩn tượng thời kì sau, là một trong những nghệ sĩ kiệt xuất trong lịch sử loài người thế kỉ XIX. Tài năng của ông chỉ được người đời công nhận sau khi ông đã từ giã thế gian. Khi còn tại thế, ông sống trong kham khổ và tuyệt vọng, nhưng tất cả những điều ấy đã không ngăn được bước chân theo đuổi nghệ thuật của ông.



### Bậc thầy âm nhạc – Schumann

Robert Alexander Schumann (1810 – 1856), là nhà soạn nhạc, nhà phê bình âm nhạc nổi tiếng của Đức. Schumann sinh ra trong một gia đình làm nghề xuất bản và buôn bán sách, từ nhỏ ông đã đam mê âm nhạc và văn học. Trên con đường theo đuổi nghệ thuật, ông đã gặp phải vô vàn khó khăn, thậm chí còn bị rối loạn thần kinh. Sau khi ông chết, người đời dành cho ông những lời tán dương và trọng vọng.



### Nhà tiên tri khoa học – Bruno

Giordano Bruno (1548 – 1600), nhà triết học, nhà khoa học vĩ đại người Ý thời kì Phục hưng. Ông mồ côi từ nhỏ, gia cảnh bần hàn, được cha xúi nuôi lớn. Chỉ nhờ tự học mà ông trở thành học giả nổi tiếng, đề ra Thuyết vũ trụ vô hạn (On the Infinite Universe and Worlds). Học thuyết này làm lung lay địa vị thống trị của Giáo hội, khiến cho Bruno bị Giáo hội xử thiêu chém. Nhưng tư tưởng của ông nhanh chóng được truyền bá rộng rãi và được mọi người ca tụng.



### Bài học quan trọng

Nếu bạn thực sự muốn làm nên sự nghiệp thì đừng để mục tiêu của mình bị ngưng lại bởi những lời đánh giá của người đời. Mong muốn có được sự công nhận của người khác là điều dễ hiểu, nhưng nếu chỉ vì lời đánh giá của người khác mà lùi bước thì sẽ có thể mất đi vô số cơ hội cho mình. Chỉ cần sự nghiệp của chúng ta có giá trị thì sớm muộn cũng sẽ có ngày được tỏa sáng.

## Nguyên văn

*Giả sử trong một trận đấu thể thao, có người cào xước da bạn hay va chạm vào đầu bạn khiến bạn bị thương, khi ấy, chúng ta sẽ chẳng có biểu hiện giận dữ hay cho rằng người ấy muốn giết mình, cũng chẳng hề nghi ngờ anh ta là kẻ phản bội. Tuy ta đề phòng anh ta nhưng dù thế nào đi chăng nữa cũng sẽ không coi anh ta là kẻ thù, cũng không ngờ vực mà chỉ bình tĩnh tránh khỏi anh ta. Hãy làm như vậy ở mọi phương diện trong cuộc sống, để chúng ta không quá lo lắng với những người còn tốt hơn đối thủ của chúng ta trên sân vận động. Bởi lẽ, cũng giống như ta đã nói, trong phạm vi khả năng mình cho phép, đừng ôm thù hận hay đố kị, nghi ngờ nào mà hãy chỉ cần tránh đường thôi.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Hãy học cách khoan dung, học cách nhường nhịn

Thế nào là khoan dung? Vấn đề này tưởng chừng dễ trả lời, nhưng loài người đã mất mấy nghìn năm mà vẫn chưa tìm ra lời giải đáp hoàn hảo. Marcus Aurelius nói: Giả sử người khác không làm tổn thương đến lòng tự trọng của bạn, thì bạn nên học cách nhường nhịn. Đây cũng chính là định nghĩa của khoan dung: Trong tình huống có thể nhẫn nhịn được thì hãy kiềm chế tất cả mọi hành vi không cần thiết.

Hendrik Willem Van Loon - học giả nổi tiếng người Hà Lan, trong phần mở đầu tác phẩm *Khoan dung* đã viết: Vị hoàng đế khai quốc của đế chế Đông La Mã - hoàng đế Justinian I đã đóng cửa Học viện Platonic Academy do Plato sáng lập, bởi Plato là một “gã nông dân”. Bản thân hoàng đế Justinian I có xuất thân không hề cao quý, Van Loon nói vậy liệu có gì không ổn chăng? Thực ra nói Plato là “nông dân” không phải có ý châm biếm hay mỉa mai mà xuất phát từ sự tiếc nuối và đau buồn đối với sự đóng cửa của Học viện Platonic Academy. Nếu Justinian I có thể khoan dung để cho Học viện tiếp tục tồn tại thì có lẽ trường đại học đầu tiên trên thế giới - di sản tinh thần vĩ đại của loài người - vẫn còn tồn tại cho đến ngày nay. Thiếu khoan dung có thể dẫn đến thiếu kiên thức và tụt lùi nền văn minh, ngoài ra còn có thể dẫn đến tranh cướp, thù hận và giết chóc. Chúng ta hãy thử nghĩ về những người quanh ta, liệu có người bạn nào vì lòng thiếu khoan dung của chúng ta mà dần rời xa ta?

Nhiều lúc, chúng ta phát cuồng lên chỉ vì một chuyện nhỏ nhặt. Có người tỏ ra tham thiêng như anh em một nhà với bạn bè, nhưng lại có thể trở mặt ngay lập tức, trở thành thù với bạn chỉ vì tranh chấp trong một ván bài; có người ngày đêm đều áp tay gối với người mình thương yêu nhất, nhưng cuối cùng hai người lại trở thành người xa lạ; có người lòng dạ hẹp hòi, không chịu được người khác tốt hơn mình, vì thế ngày càng ít bạn bè... Thực ra, chúng ta nên học cách kiềm chế cảm xúc của mình, trong phạm vi bản thân cho phép, cố gắng chung sống hòa bình với tất cả mọi người. Có thể có những xung đột mà bạn thấy không thể hóa giải được, nhưng nhiều năm sau, bạn nhất định sẽ cảm thấy hối hận vì quyết định của mình lúc bấy giờ. Ở đây, chúng ta có thể nắm vững một chân lí: Nếu đối phương không làm tổn thương đến lòng tự trọng của ta thì còn có điều gì mà ta không thể tha thứ được?

## Sức mạnh của lòng khoan dung

Ngày xưa, có một vị hòa thượng già, tối nọ, ông đi dạo trong sân chùa, bỗng nhìn thấy một cái ghế bên tường, hòa thượng biết ngay có người đã phạm quy, lén vượt tường trốn ra ngoài. Vị hòa thượng già không lớn tiếng nói ra điều đó mà chỉ đến bên tường, kéo chiếc ghế ra rồi khom mình ngồi vào vị trí ấy. Chẳng bao lâu sau, một chú tiểu trèo tường vào, trong bóng tối, chú tiểu dẫm chân lên lưng vị hòa thượng già rồi nhảy vào sân chùa. Chú tiểu chạm đất mới nhận ra thứ mình vừa đạp chân lên không phải là chiếc ghế mà là lưng của sư phụ. Mặt chú biến sắc, lo sợ bị sư phụ trách phạt. Nhưng vị hòa thượng già không nói gì mà chỉ ôn tồn bảo: "Bây giờ trời lạnh lắm, con mau đi mặc thêm áo vào." Từ đó về sau, chú tiểu không bao giờ vi phạm nội quy chùa nữa.



Nếu vị hòa thượng già trách phạt chú tiểu ngay lúc đó, kết quả có thể là chú tiểu sinh lòng phản nghịch, sau này lại tiếp tục trèo tường trốn ra ngoài. Nhưng lòng khoan dung đã có thể khiến cho chú nhận thức được sâu sắc hơn về lỗi lầm của bản thân, từ đó thành tâm hối cải.

Nơi rộng lớn nhất trên thế gian này chính là biển cả, rộng hơn biển cả chính là bầu trời, rộng hơn cả bầu trời chính là tấm lòng của con người.

(Victor Hugo)

### Bài học quan trọng

Khoan dung không có nghĩa là dung túng, có người giải nghĩa khoan dung chính là khi đối mặt với tất cả những hành vi không đúng đắn thì luôn giữ im lặng. Đó thực ra là suy nghĩ cực đoan, nếu chuyện gì cũng không quan tâm thì sẽ biến thành dung túng. Chúng ta phải nhớ kĩ rằng, tiền đề của khoan dung chính là chúng ta có thể chấp nhận được những chuyện không làm tổn thương lòng tự trọng của chúng ta.

## Nguyên văn

*Không ngừng tự duy, tất cả các kiểu người, tất cả mọi mục tiêu, tất cả các đát nước đều biến mất, để suy nghĩ của bạn trở về với Philistion, Phoebus, và Origanion. Nay giờ hãy đưa suy nghĩ của bạn chuyển hướng sang những kiểu người khác, chuyển hướng sang nơi mà bạn buộc phải quay về, nơi đó có biết bao nhà hùng biện, biết bao triết gia cao quý: Heraclitus, Pythagoras, Socrates; có biết bao anh hùng thời xưa và bao mãnh tướng tùy tùng bên họ, cũng như những kẻ bạo quân. Ngoài họ ra, còn có Eudoxus, Hipparchus, Archimedes và những người có tài năng kiệt xuất, tấm lòng bao la, yêu lao động, đa tài và tràn đầy tư tin, thậm chí cả những người cười nhạo sự ngần ngại của đời người và móng manh của sinh mệnh như Menippus. Khi nghĩ những điều này, lại nhớ đến chuyện họ sớm đã trở về với cát bụi. Những điều ấy liệu có thể gây tổn hại gì cho họ được nữa, liệu có ảnh hưởng gì đến những người mà tên tuổi họ đã bị người đời cho vào quên lãng? ở đây chỉ có một chuyện có giá trị to lớn: Đó chính là chân thành, chính trực sống cuộc đời của mình, giữ thái độ nhân ái, thậm chí với những kẻ đối trả và không ngay thẳng.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Nhân ái có thể khiến cuộc sống của bạn trở nên ý nghĩa hơn

Ở đây, Marcus Aurelius đưa ra quan điểm về “Nhân ái”, điều này không hẹn mà trùng hợp với tư tưởng của các nho sĩ thời cổ đại. Trong con mắt của Marcus Aurelius, từ cổ chí kim, con người hay sự việc dù thành công hay thất bại, dù đúng hay sai thì cuối cùng cũng lại trở về với cát bụi. Chỉ có một điều duy nhất khiến cho lớp hậu thế chúng ta ngưỡng vọng, chính là phẩm chất cao quý của họ.

Trong *Lương Huệ Vương (thượng thiên)* của sách *Mạnh Tử*, Lương Huệ Vương thỉnh giáo Mạnh Tử làm thế nào để báo thù cho đất nước, Mạnh Tử trả lời: “Chỉ cần hành sự nhân chính, trăm dân sẽ tự nhiên dốc hết sức mình phò trợ Ngài. Nếu địch quốc cai trị bằng bạo lực, muôn dân oán hận, khi ấy Đại vương hãy xuất binh chinh phạt thì có thể dễ dàng đánh bại kẻ địch, ấy chính là nhân ái vô địch.” Tư tưởng xuyên suốt của Mạnh Tử là “Nhân ái vô địch”, điều này vẫn còn ý nghĩa giáo dục vô cùng quan trọng trong thời đại ngày nay.

Tháng 9 năm 2008, chính vào thời điểm Mĩ tổ chức bầu cử Tổng thống, Đảng Dân chủ do Obama đứng đầu và Đảng Cộng hòa do McCain và Sarah Palin đại diện đang tiến hành cuộc tranh cử gay gắt. Cả hai Đảng vì muốn nhận được sự ủng hộ của dân chúng. Đúng lúc này, giới truyền thông tung ra một tin động trời: Con gái 17 tuổi của ứng cử viên Phó Tổng thống Đảng Cộng hòa Sarah Palin có thai trước khi kết hôn. Trong khi đó, Palin luôn giương cao ngọn cờ chống mang thai ở tuổi vị thành niên. Tin tức này vô cùng bất lợi đối với Đảng Cộng hòa. Một hôm, phóng viên hỏi Obama nhìn nhận thế nào về chuyện này, ông chỉ lắc đầu cười rằng: “Điều tôi định nói là, mẹ sinh tôi khi bà 18 tuổi.” Lời này vừa thoát ra lập tức khiến cho tất cả mọi người vô cùng kinh ngạc. Riêng Obama thì được mọi người khen ngợi là người có tấm lòng khoan dung, là ứng cử viên Tổng thống đầy nhân ái đức độ, nhờ đó tỉ lệ người ủng hộ ông tăng lên vùn vụt.

Từ góc độ của cuộc sống, ta sẽ phát hiện ra rằng, coi trọng tính nhân ái không chỉ có thể giúp ta đạt được thành công mà còn có thể có được hạnh phúc nữa. Nếu giữ được cho mình một trái tim bác ái, khoan dung đối đãi với mọi người xung quanh thì tự nhiên sẽ có được báo đáp xứng đáng.

## Những bậc vĩ nhân lưu danh hậu thế

### Cha đẻ của Số học - Pythagoras

Pythagoras (580 TCN – 500 TCN) thường được biết đến như là nhà triết học, nhà toán học và số học vĩ đại của nhân loại. Ông sáng lập ra “Triết học của số”, cho rằng bất kể là thế giới vật chất hay thế giới tinh thần cũng đều không thể thiếu được toán học. Pythagoras sinh ra ở đảo Samos (vùng biển phía đông Hi Lạp). Từ nhỏ ông đã tỏ ra thông minh, ham học, ông từng học với thầy giáo nổi tiếng các môn hình học, khoa học tự nhiên và triết học. Sau này, ông đến vùng Babylon và Ấn Độ ở phương Đông, tiếp thu vô số những tinh hoa trí tuệ của những vùng đất này. Trường phái Pythagoras do ông sáng lập có ảnh hưởng to lớn đến sự phát triển khoa học của Hi Lạp cũng như của loài người.



### Cha đẻ của Lực học - Archimedes

Archimedes (287 TCN – 212 TCN), sinh ra ở đảo Sicilia thuộc thành phố Syracuse, ông là nhà triết học, nhà toán học và nhà vật lí học nổi tiếng của Hi Lạp cổ. Nhờ miệt mài học tập mà ông đã trở thành nhà Toán học và Lực học, được mọi người tôn vinh là “Cha đẻ của lực học”. Những tác phẩm Toán học mà Archimedes lưu truyền lại cho đến ngày nay có hơn 10 loại, các tác phẩm của ông chịu sự ảnh hưởng của Nguyên lí hình học Euclid, song ông cũng có những phát triển mới trên cơ sở đó. Về mặt lực học, Archimedes có viết các tác phẩm nổi tiếng như: Sự cân bằng của các mặt phẳng, tròn và trọng tâm của chúng, Sự cân bằng của các vật nổi, Thuyết đòn bẩy, Nguyên lí... có ảnh hưởng sâu sắc đến sự phát triển khoa học của nhân loại. Khi cuộc chiến tranh Punic (cuộc chiến giữa La Mã và Carthage) nổ ra lần thứ 2, quân La Mã tấn công vào Sicilia, Archimedes không may thiệt mạng dưới lưỡi gươm oan nghiệt của binh lính La Mã.



### NHÂN

Nhân, không chỉ có nghĩa là Nhân từ, mà còn bao hàm ý “Nhân đức” nữa. Cũng chính là lấy “Nhân” để đối đãi với mọi người, dùng “Đức” để ảnh hưởng đến người khác.

Ái có nghĩa rộng, chỉ sự quan tâm, chăm sóc đối với mỗi người, lo cùng nỗi lo của mọi người, nghĩ cùng suy nghĩ của mọi người.

### Bài học quan trọng

*Chúng ta thường nghe “Lấy Nhân ái làm đầu”, chính là nói đến cảnh giới cao nhất trong việc đối nhân xử thế, một người tôn thờ chủ nghĩa Nhân ái thì chắc chắn sẽ có rất nhiều mối quan hệ, được mọi người trọng vọng.*

## PHẦN 7 > HOÀN THIỆN BẢN THÂN

Nhân vô thập toàn, mỗi người đều có nhược điểm riêng, đều có những việc mà bản thân không thể làm được. Khi gặp phải khó khăn, chúng ta nhất định phải dùng đến một vài biện pháp để thoát khỏi cảnh khốn cùng, thay đổi hoàn cảnh của bản thân.

- Làm người có chính kiến
- Học cách hài hước
- Vui vẻ giúp đỡ người khác
- Nhiệt tình theo đuổi ước mơ
- Dùng chế độ để giới hạn tất cả
- Đời người ngắn ngủi
- Phép cộng cho mỗi ngày



### 1 LÀM NGƯỜI CÓ CHÍNH KIẾN

#### Nguyên văn

Sao nguyên tắc của chúng ta có thể mất đi được? Trừ khi điều đó phù hợp với việc dập tắt ảo tượng (tu tưởng) của chúng. Nhưng không ngừng thói bùng nhùng tu tưởng đó thành ngọn lửa rực cháy lại nằm trong khả năng của bạn. Đối với bất cứ việc gì, ta đều có thể hình thành thói quen nếu ý kiến ta nên có cái gì. Nếu ta có thể thì tại sao lại phải buồn phiền? Những chuyện nằm ngoài tâm hồn ta chẳng có liên quan gì đến tâm hồn ta cả. Chỉ cần biến nó thành trạng thái tinh thần của bạn thì bạn sẽ có thể đứng được một cách vững vàng, kiên định. Khôi phục sinh mệnh của mình nằm trong khả năng của bạn, rồi dùng đôi mắt trước đây của bạn để nhìn ngắm thế giới, bởi sinh mệnh bạn hồi sinh chính là vì điều ấy.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Đừng bao giờ chạy theo số đông

Ở đây, Marcus Aurelius đã lĩnh ngộ được về đời người, đó là: Một người muốn lí giải được về vạn sự vạn vật, thì nhất định phải có kiến giải của riêng mình, đó là chính kiến. Điều này nói thì có vẻ đơn giản nhung trong thực tế cuộc sống, chúng ta lại thường hay đi theo số đông. Có người sẽ thắc mắc: “Đi theo số đông thì có gì không tốt? Chẳng phải tôi vẫn sống bình thường đây thôi sao?”

Đại Mai Thiền sư mặc dù đã học thiền rất nhiều năm rồi nhưng vẫn chưa ngộ đạo, ông nghi ngờ bản thân mình không có ngộ tính, bèn hỏi Mã Tô Thiền sư: “Xin hỏi, Phật rốt cuộc là gì?” Thiền sư trả lời: “Tức tâm tức Phật.” Lúc ấy, Thiền sư thốt nhiên bừng tỉnh ngộ, hóa ra Phật nằm trong trái tim của mỗi người, chỉ cần tâm sáng thì bạn chính là Phật.

Sau khi ngộ ra chân lí của Phật, Đại Mai Thiền sư xuống núi hành pháp. Mã Tô Thiền sư có phần không an tâm, nghĩ thầm: “Ta chỉ nói có một câu, lẽ nào trò ấy thực sự lĩnh ngộ được?” Ông bèn tìm đến đệ tử là Đại Lí: “Con hãy xuống núi tìm Đại Mai Thiền sư, thay ta thăm dò.”

Đại Lí nhìn thấy Đại Mai Thiền sư bèn hỏi: “Sư huynh, rốt cuộc sư phụ nói gì mà làm cho sư huynh mở mắt được vậy?” Đại Mai Thiền sư nói: “Tức tâm tức Phật.” Đại Lí nói: “Bây giờ sư phụ không nói Tức tâm tức Phật nữa rồi.” Đại Mai Thiền sư ngạc nhiên: “Vậy sao? Thế bây giờ sư phụ nói gì?” Đại Lí trả lời: “Sư phụ nói Phi tâm phi Phật.” Đại Mai Thiền sư cười phá lên: “Cho dù sư phụ có nói thế đi chăng nữa, ta vẫn kiên trì thuyết Tức tâm tức Phật.” Đại Lí về núi, thuật lại tất cả cho Mã Tô Thiền sư, Mã Tô Thiền sư xúc động nói: “Mai Tử đã trưởng thành thật rồi.”

Tại sao Đại Mai Thiền sư lại ngộ đạo được? Đó là vì Thiền sư đã nhận được gợi ý của sư phụ. Nhưng tại sao Thiền sư lại kiên trì giữ thuyết Phật ở trong tâm? Bởi đó là chính kiến, với ông, Phật ở trong tâm mới là chân lí của Phật, những quan điểm khác đều không đáng bàn luận cùng, cho dù là lời của sư phụ đi chăng nữa cũng phải thận trọng xem xét. Làm một người có chính kiến không khó, quan trọng là cần giữ vững thái độ “nghi ngờ” đối với tri thức, đồng thời không ngừng tìm ra kết luận của bản thân thì cho dù quan điểm của mình khác với số đông, ta cũng sẽ vẫn có được kiến giải của riêng mình.

### Đại Mai trưởng thành như thế nào

Nhiều năm tu hành nhưng vẫn chưa giác ngộ được, rốt cuộc Phật là gì?  
Trên con đường đi tìm chân lí, Đại Mai đã vấp phải câu hỏi lớn nhất, ông không hiểu nổi mục đích của mình bao năm qua là gì.



Sau khi nghe câu “Tức tâm tức Phật” của sư phụ, ông đã ngộ ra được cảnh giới cao nhất của Phật. Phật không phải là một khái niệm, mà là một dạng niềm tin, Phật trong tim mỗi người không hề giống nhau.



Đại Mai quyết định xuống núi, truyền bá điều mình lĩnh ngộ được cho tất cả mọi người. Ông tìm thấy chân lí trong tim mình, bèn kiên trì hoằng pháp theo chân lí ấy.



Trước lời của sư phu, Đại Mai không hề dao động, bởi ông đã có quan điểm riêng của mình, nếu đã ngộ ra được chân lí của Phật pháp thì sẽ không bị dao động bởi những can thiệp của thế giới bên ngoài.



### Mã Tổ Thiền sư

Mã Tổ (709 – 788), họ Mã tên Đạo Nhất, người Thập Phương, Hán Châu (nay là tỉnh Tứ Xuyên), được vua sắc phong tên thụy (tên sau khi viên tịch) là Đại Tích Thiền sư, thuộc tông phái Thiền tông đời nhà Đường. Ông là cao tăng Phật giáo, được người đời tôn xưng làm “Mã Tổ”. Vì ông từng đi hoằng pháp ở Giang Tây nên còn được tôn xưng là “Giang Tây Mã Tổ”. Phép tu thiền “Đốn ngộ” của Mã Tổ Thiền sư có địa vị rất cao trong lịch sử Phật giáo Trung Quốc.

### Đại Mai Thiền sư

Đại Mai Sơn Pháp Thường Thiền sư, người Tương Dương, Hồ Bắc, vốn mang họ Trịnh. Ông xuất gia từ nhỏ, làm hòa thượng ở chùa Ngọc Tuyên, Hình Châu. Tương truyền ông có dung mạo tuấn tú, tính cách cương trực, trí nhớ phi phàm, có thể đọc qua Kinh Thư mà không quên dù chỉ một chữ. Năm 20 tuổi, Đại Mai Thiền sư theo Mã Tổ Thiền sư tu hành.

### Bài học quan trọng

Có chính kiến, không có nghĩa là giữ thái độ hoài nghi với tất cả mọi sự vật. Làm vậy sẽ khiến ta trở nên do dự, không có lòng tin với bất cứ việc gì. Vì vậy, có chính kiến tức là phát biểu cách nhìn của riêng mình đối với những việc gây tranh cãi.

## Nguyên văn

Cuộc triển lãm vô nghĩa, bài biểu diễn trên sân khấu, việc huấn luyện cừu, đai bàng, chim cắt, vứt khúc xương cho chó, ném mẩu bánh xuống ao cá, đàn kiến làm việc và chuyền mồi, lũ chuột rích rích chạy trốn, con rói bị điều khiển, tất cả mọi thứ đều giống nhau. Vì vậy, thể hiện sự hài hước chứ không phải kiêu ngạo trong hoàn cảnh đó chính là chức trách của bạn, dù thế nào cũng phải hiểu rằng mỗi người đều có giá trị của riêng mình, cũng giống như mọi việc mà người khác đang bạn rộn làm cũng có giá trị vậy.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Hài hước là chất bôi trơn cho cuộc sống

Thời La Mã cổ đại, các “tiết mục mua vui” không hề ít hơn nay chút nào, người La Mã có thể đến nhà hát để xem kịch, ngoài ra còn có thể xem biểu diễn xiếc hè ngoài đường phố, vui cười rộn rã. Thế nên, Marcus Aurelius lĩnh ngộ ra rằng: Hãy thể hiện sự hài hước của bạn, bởi điều ấy có thể làm cho cuộc sống thêm thú vị.

Có người định nghĩa Hài hước theo nghĩa hẹp là “Kỹ thuật cao siêu khiến cho người khác bật cười”, thực ra hài hước không phải là đặc quyền của một số ít người, chỉ cần chúng ta thay đổi thái độ nhìn nhận sự vật thì bất cứ ai cũng sẽ có thể trở thành người hài hước. Rốt cuộc hài hước có gì tốt? Tương truyền rằng, vợ của triết gia Hi Lạp Socrates tính tình rất nóng nảy, thường hay nổi giận, nhưng Socrates không hề phạt ý mà thường tự trào rǎng: “Lấy được người vợ như thế này lợi biết bao nhiêu, chẳng những rèn luyện cho ta tính nhẫn耐 mà còn khiến ta ngày càng được tu dưỡng nhiều hơn.”

Có lần, vợ Socrates chỉ vì một chuyện nhỏ mà bức tức, tranh cãi với ông vô cùng gay gắt. Socrates thấy vậy đành dùng kẽ trốn tránh để hoãn binh. Khi ông bước ra khỏi nhà, vợ ông bỗng đứng ở trên lầu hắt nước xuống, khiến cho chồng mình ướt như chuột lột. Lúc này, Socrates không hề lớn tiếng la mắng mà nhìn người xung quanh rồi điềm tĩnh nói: “Ta sớm đã biết trời sấm sét xong rồi sẽ mưa to mà, quả nhiên không nằm ngoài dự đoán của ta.” Cách nói hài hước ấy khiến cho mọi người xung quanh bật cười.

Hài hước không chỉ có thể giúp bạn giống như Socrates thoát khỏi cảnh khó xử mà còn có thể hóa giải mâu thuẫn trong cuộc sống. Một người phụ nữ xách một thùng cá chạy theo xe bus, khi lên xe không may đụng phải chân của cậu thanh niên, làm ổ một khoảng lớn trên quần cậu. Người phụ nữ bức bối, cho rằng cậu thanh niên kia đã ngáng đường mình, bèn lớn tiếng nói: “Về nhà giặt là hết thôi.” Khi ấy, không khí trên xe bỗng trở nên rất căng thẳng, nhưng cậu thanh niên chợt cười nói: “À, cô đã nói hộ lời cháu muốn nói rồi thì cháu cũng nên nói câu cảm ơn với cô nha!” Cậu vừa nói xong thì cả xe bật cười, không khí căng thẳng cũng nhở thê mà biến mất. Vận dụng khéo léo sự hài hước không những có thể khiến cho cuộc sống trở nên tốt đẹp hơn mà còn có thể nâng cao sức hấp dẫn của bạn, khiến cho các mối quan hệ xã hội của bạn ngày một tốt hơn.

Hai kiểu hài hước

## Thay câu đổi chữ

Điểm cốt yếu của phương pháp này là nắm được từ khóa trong câu nói của người khác, khéo léo thay đổi khái niệm, phá vỡ lối tư duy thông thường, tạo ra chất cười trong hội thoại.

Một tướng quân đi thị sát trong quân đội, vừa lúc gặp binh sĩ đang ăn trưa. Tướng quân hỏi binh sĩ: “Đồ ăn thế nào?” “Báo cáo tướng quân, trong canh có nhiều đát cát quá!” – Một binh sĩ trả lời. “Các người đến đây là để bảo vệ đát nước chứ không phải để kén cá chọn canh!” - Vì tướng quân tức giận lớn tiếng quát mắng. “Chúng tôi biết chứ!” - Binh sĩ tiếp lời, “Nhưng chúng tôi cũng đâu thể ăn được cả đát nước!”

## Tự trào

Tự trào có nghĩa là tự hạ thấp mình, khiến cho lời nói ra không phù hợp với tình huống thực tế của bản thân, từ đó gây cười.

Sau khi Lincoln lên làm Tổng thống, có người gọi điện chúc mừng, Lincoln đáp lời: “Tôi chỉ là một kẻ nghèo mà thôi. Ông biết đấy, tôi có một vợ, một con trai, họ mới là tài sản vô giá của tôi. Ngoài ra, tôi còn thuê một căn hộ, trong đó có một cái bàn, một cái ghế, trong góc có một cái giá, sách ở trên giá đáng để tôi đọc cả cuộc đời. Mặt tôi đầy râu, tôi cũng chẳng thể phát tướng bung to, thứ quý giá duy nhất của tôi chính là các ông – những người dân đã lựa chọn tôi!”



## Bài học quan trọng

*Hài hước không phải là phẩm chất bẩm sinh, chúng ta hoàn toàn có thể nắm được bí quyết của hài hước, từ đó trở thành một người thú vị. Hài hước chẳng những có thể khiến bạn trở nên hấp dẫn hơn mà còn có thể giúp bạn giành được vô số cơ hội trong đời.*

## Nguyên văn

Lí trí của ta có đủ để ta đảm nhận công việc? Nếu đủ, ta sẽ sử dụng nó như công cụ mà bản chất vũ trụ cung cấp cho ta trong công việc đó. Nếu không đủ, thì có thể ta từ bỏ công việc ấy, nhường nó lại cho những người có thể làm tốt hơn ta (trừ phi có lí do gì khiến ta không thể làm như vậy); hoặc ta sẽ cố gắng hết sức mình để làm tốt công việc đó, nhận sự giúp đỡ của người khác – anh ta có thể dùng nguyên tắc chỉ phái của ta để làm những việc thích hợp mà có lợi ích xã hội. Bởi lẽ, bắt kể là việc mà ta làm hay việc ta làm cùng với người khác, đó cũng đều nên là việc có ích và phù hợp với xã hội.

Đừng xấu hổ vì được người khác giúp đỡ, cũng giống như binh sĩ đang thực hiện chức trách của mình khi công phá thành trì, ấy cũng chính là trách nhiệm của bạn. Vậy thì, nếu vì bệnh tật khiến bạn không thể tự mình bước trên chiến trường mà phải dựa vào sự giúp đỡ của người khác, khi ấy bạn sẽ làm thế nào?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Tập hợp trí tuệ của mọi người mới là đạo lí thành công

Marcus Aurelius bận rộn quốc sự, hết lòng vì nước vì dân, có thể ông cũng từng cảm thấy mệt mỏi hay lực bất tòng tâm. Vì thế mà ông nghĩ: Khi một người đã dùng hết sức mình mà vẫn không thể hoàn thành việc gì đó thì nên làm thế nào? Đáp án chính là nhận sự giúp đỡ của người khác, chỉ có vậy mới có thể thuận lợi đạt được mục tiêu đã đề ra. Những người đã có kinh nghiệm quân lí chǎc hǎn đều biết tính quan trọng của việc “Biết dùng người”, chỉ có người biết lợi dụng “tài trí” của người khác thì mới có thể thành công.

Cuối thời nhà Tần, quân hùng nỗi dậy, sau khi đánh bại quân đội nhà Tần, thế lực của Lưu Bang và Hạng Vũ bắt đầu nỗi lên, cuối cùng hai người vì tranh đoạt thiên hạ mà phát động cuộc chiến Hán Sở kéo dài suốt bốn năm ròng, thắng lợi sau cùng thuộc về Lưu Bang, lập nên nhà Tây Hán. Sau khi Lưu Bang xưng đế, ông mở đại tiệc ở Lạc Dương để khoán đãi quân thần. Khi mọi người đã com rượu no say, Lưu Bang mới nói: “Các khanh hãy nói xem, ta giành được thiên hạ rốt cuộc là do đâu?” Quán thần bàn luận sôi nổi, song Lưu Bang chỉ lắc đầu, cuối cùng ông nói: “Các khanh chỉ biết một mà không biết hai, nói đến dân quân chinh phạt khắp nghìn dặm, ta không bằng Tử Phông (Trương Lương); nói đến an định quốc gia, xoa dịu bách tính, cung cấp quân nhu và lương thảo, ta không bằng Tiêu Hà; nói đến chỉ huy quân lính bách chiến bách thắng, ta không bằng Hàn Tín. Ba người này có thể coi là nhân trung hào kiệt, nhưng ta lại dùng được họ, thế nên mới giành được thiên hạ. Tiếc là Hạng Vũ chỉ có Phạm Tăng bên cạnh, lại không biết trọng dụng nên mới bại dưới tay ta.” Quả vậy, nếu cho Hạng Vũ và Lưu Bang một đấu một so tài thì Lưu Bang chắc chắn không phải là đối thủ của Hạng Vũ, bí quyết đánh bại Hạng Vũ của Lưu Bang chính là đạo dùng người.

Chúng ta không nhất định phải là người quản lí trong doanh nghiệp, nhưng khi giao tiếp với người khác trong xã hội, ta cũng nên hiểu những kỹ năng này, khi cần thiết chắc chắn sẽ phải tìm kiếm sự giúp đỡ của người khác thì mới có thể vượt qua khó khăn để tiến tới thành công.

Hán Sở tam kiệt

### Nhát đắng công thần – Tiêu Hà

Tiêu Hà (257 TCN – 193 TCN), người Tiêu Bá, Tứ Châu (nay là huyện Bái, tỉnh Giang Tô, Trung Quốc). Khi còn trẻ, Tiêu Hà giữ chức quan coi ngục huyện Bái thời nhà Tần, sau này đi theo phò trợ Lưu Bang. Sau khi Lưu Bang công chiếm Hầm Dương, ông tiếp nhận luật lệnh, quốc thư được cất giấu trong phủ Ngự sử và phủ Thừa tướng, đóng quân giữ những nơi hiểm yếu của đất nước và quản lí hộ khâu các quận huyện, đóng vai trò quan trọng trong sự thành bại của nhà Hán trong chiến tranh Hán Sở. Trong chiến tranh Hán Sở, ông ở lại trấn thủ Ba Thục, đồng thời làm chủ quản công tác hậu cần, không ngừng vận chuyển quân lương và đưa binh lính đi tiếp viện, có công lớn giúp Lưu Bang đánh thắng Hạng Vũ, lập nên triều Hán.

Công lao đối với Lưu Bang: Tiêu Hà đối với Lưu Bang tương đương với Cục trưởng Cục Hậu cần, là nhân tài quân lí hiém có, có công lao to lớn trong việc giữ yên hậu phương và tiếp tế cho tiền tuyến.



### Trù định chiến lược - Trương Lương

Trương Lương (? – 186 TCN), tự Tử Phòng, là mưu sĩ hàng đầu được Lưu Bang tín nhiệm. Tương truyền ông từng ám sát không thành Tần Thủy Hoàng, sau trốn chạy đến Hợp Phố thì gặp được Hoàng Thạch Công, có được Thái Công Bình pháp. Trong chiến tranh cuối thời Tần, ông đi theo phò trợ Lưu Bang, mưu kế sách lược cho Lưu Bang. Trong chiến tranh Hán Sở, ông từng đưa ra ý kiến phản đối lập lại con cháu sáu nước chư hầu, đồng thời liên kết Anh Bố với Bành Việt, trọng dụng các sách lược của Hàn Tín, chủ trương truy đuổi Hạng Vũ, đánh tan quân Sở, giúp Lưu Bang giành chiến thắng. Khi nhà Hán lập nên, ông được phong Lưu hầu, công thành danh toại lui về ở ẩn.

Công lao đối với Lưu Bang: Trương Lương tựa như “khối óc” của Lưu Bang, giúp Lưu Bang hoạch định chiến lược, bày mưu đánh trận, là kì tài quân sự hiém có.



### Danh tướng dẫn quân - Hàn Tín

Hàn Tín (231 TCN – 196 TCN), khai quốc công thần của triều Tây Hán, là nhà quân sự, chiến lược, chiến thuật, thống soái và lí luận quân sự vĩ đại trong lịch sử Trung Quốc, cũng là nhân vật đại diện cho phái “Mưu chiến” của tư tưởng quân sự Trung Quốc. Ông giúp Lưu Bang giành được rất nhiều chiến thắng có tính quyết định chiến lược, là mãnh tướng hàng đầu dưới trướng Lưu Bang, người đương thời tôn ông

làm “Quốc sĩ vô song”, “Công cao vô nhị, lược bất thể xuất”.

Công lao đối với Lưu Bang; Hàn Tín là thống soái cấp cao, ông không những dũng mãnh thiện chiến mà còn tài trí mưu lược, có tài năng về quân sự, giúp Lưu Bang dẹp đường lập nên nhà Hán.



### Bài học quan trọng

*Sức mạnh của một người là có hạn, nhưng sức mạnh của một nhóm người thì không thể lường được. Người Trung Quốc xưa có câu “Ba ông thợ già dày hơn một ông Gia Cát Lượng” chính là ý nói đến trí tuệ của nhiều người hợp lại có thể khiến sức mạnh gia tăng gấp bội.*

## Nguyên văn

Đừng chỉ mãi nghĩ về những thứ bạn đã có và chưa có, mà hãy nghĩ về những thứ bạn cho là tốt nhất, sau đó suy nghĩ xem nếu bạn vẫn chưa có được thì phải nhiệt tình theo đuổi chúng như thế nào. Đồng thời, bất kể thế nào đi chăng nữa cũng phải nhớ kĩ, cho dù bạn vẫn chưa cực kì yêu thích chúng thì cũng phải tập cho mình thói quen tôn trọng chúng, nó sẽ khiến bạn cảm thấy bức bối bất an khi chưa có được chúng.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Định ra mục tiêu khiến cho mình hạnh phúc

Hạnh phúc là gì? Có người trả lời rằng: “Nhìn thấy người khác không có cái ăn mà mình lại có một bát cơm, ấy chính là hạnh phúc.” Đó chính là nghĩ về “cái mình đã có”. Còn Marcus Aurelius lại nhắc nhở chúng ta rằng chỉ nghĩ về những thứ ấy thôi thì chưa đủ, bạn nhất định phải nghĩ về những thứ mình cho là tốt nhất và dồn hết sức mình theo đuổi chúng.

Có người luôn cho rằng cuộc sống của mình chẳng có ý nghĩa gì, bởi anh ta không hề yêu thích công việc của mình chút nào, ngày ngày đi làm tám tiếng đồng hồ là một nỗi thống khổ, vì thế đổi với anh ta, cảm giác hạnh phúc trong cuộc sống vô cùng ít ỏi. Liệu có cách nào thay đổi tình trạng ấy không? Có một cô gái sau khi tốt nghiệp phổ thông thì xin vào làm ở cửa hàng đồ ăn nhanh. Hàng ngày cô đều tươi cười, thái độ làm việc cũng rất nhiệt tình khiến cho nhiều nhân viên ở đó rất thắc mắc, làm công ở đây thì có tiền đồ gì mà vui vẻ vậy? Mục đích mọi người đến đây làm chẳng qua là vì muốn kiếm chút tiền sinh hoạt phí, đợi khi có cơ hội lại nhảy việc. Vài tháng sau, nhờ thái độ nhiệt tình, làm việc chăm chỉ mà cô gái được lên làm cửa hàng phó, đãi ngộ cũng tốt hơn rất nhiều.

Một hôm, một nhân viên hỏi cô: “Điều gì đã giúp cô đứng vững cho đến ngày hôm nay? Cô hãy nhìn xung quanh xem, mọi người cứ hễ có cơ hội là bỏ đi, chẳng ai làm việc cật lực như cô cả.” Cô gái cười nói: “Từ nhỏ tôi đã thích nấu nướng, ước mơ lớn nhất của tôi là có được một cửa hàng đồ ăn nhanh của riêng mình, cứ nhìn thấy vẻ mãn nguyện của khách hàng là tôi lại thấy vô cùng hạnh phúc.” Cuối cùng, bằng nỗ lực của bản thân, cô gái trở thành một trong những cổ đông của cửa hàng. Đôi với nhiều người, mở cửa hàng đồ ăn nhanh không thể nào được coi là làm ăn kinh doanh lớn, mà chỉ là một công việc kinh doanh rất đối bình thường, đâu có gì đáng để vui mừng đến vậy? Nhưng cô gái ấy lại coi đó là mục tiêu hạnh phúc của bản thân và cố gắng hết sức để thực hiện mục tiêu đó, tìm thấy hạnh phúc thuộc về mình. Bất kể là quá trình theo đuổi ước mơ hay kết quả cuối cùng, cô cũng vui vẻ gấp vạn lần những người đứng núi này trông núi nọ, cả ngày than thân trách phận.

Nếu bạn cảm thấy cuộc sống của mình buồn chán, vô vị, hãy thử làm như cô gái đó, định ra một mục tiêu hạnh phúc cho mình. Ngoài ra, đừng quá quan tâm đến kết quả, bởi trong quá trình theo đuổi ước mơ, bạn đã cảm nhận được niềm vui và hạnh phúc rồi.

### Ích lợi của việc biết tự hài lòng

Cha xứ nhìn thấy một người đang nằm phơi nắng trên bãi biển bèn hỏi: “Ban ngày ban mặt, sao con lại ở đây phơi nắng?”

Người đó hỏi lại: “Thέ con nên làm gì?”

Cha xứ nói: “Con nên ra khơi đánh cá, kiếm tiền.”

Người đó nói: “Sau đó thì sao?”

Cha xứ nói: “Có tiền rồi, con còn có thể kiếm được càng nhiều tiền hơn nữa.”

Người đó lại hỏi: “Sau đó thì sao?”

Cha xứ đáp: “Khi con đã có rất nhiều rất nhiều tiền, con có thể muốn làm gì thì làm.”

Người đó lại nói: “Chẳng phải giờ con cũng đang muốn làm gì thì làm đó sao? Hà có gì mà phải phiền phức thế!”



#### Quan điểm 1 – Tiêu cực, chán đời

Có người nói việc anh chàng kia không chịu đi đánh cá kiếm tiền mà chỉ nằm hưởng thụ hoàn toàn là cách sống tiêu cực, một cuộc đời như vậy sẽ chẳng thể có được chút khởi sắc nào, càng không thể thành công được.

#### Quan điểm 2 – Biết tự thỏa mãn, hạnh phúc

### tràn đầy

Có người lại nói thực ra như vậy cũng rất tốt, bởi có những thứ không phải cứ cố gắng là có được, thường xuyên nghĩ về những thứ mình đã có là được rồi.

### Nhận định

Đối với thái độ sống như vậy, không nên chỉ nhìn nhận vấn đề một cách phiến diện, chúng ta vừa phải giữ nhiệt tình theo đuổi ước mơ, lại vừa phải tìm kiếm những cách giúp ta thoát khỏi khó khăn. Thái độ “Biết tự thỏa mãn” một cách hợp lí không có gì là sai, nhưng đừng lấy nó làm cái cớ để trốn tránh hiện thực.

### Bài học quan trọng

Có rất nhiều tranh cãi xung quanh chủ đề “Biết tự thỏa mãn”. Có người nói tự thỏa mãn với bản thân là tiêu cực, có người lại nói đó là cảnh giới cao nhất mà con người đạt đến. Tóm lại, bát ké chúng ta có thể tự thỏa mãn được hay không thì cũng đều phải tự hỏi mình: “Đây có phải là điều mình mong muốn hay không?” Nếu không phải thì đừng để mình ngừng bước ở đó mà hãy tiến lên, tìm kiếm hạnh phúc thuộc về mình.

## Nguyên văn

*Hãy trang bị cho mình sự thành thật, khiêm tốn và thái độ lãnh đạm trước những việc không liên quan đến đức độ và hành động độc ác. Yêu thương con người, ngưỡng vọng thân linh. Thi sĩ nói: Luật pháp thống trị tất cả, hãy nhớ rằng luật pháp thống trị tất cả là đủ rồi.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Cuộc đời không có trình tự là cuộc đời thất bại

“Luật pháp thống trị tất cả” mà Marcus Aurelius nói đến có nghĩa là gì? Chế độ xã hội nhất định phải dựa vào pháp chế mới có thể hoàn thiện được, cũng như vậy, cuộc đời cũng phải tuân theo những quy luật và phương pháp nhất định, nếu không sẽ chẳng làm nên việc gì.

Thời Xuân Thu Chiến Quốc, do đất nước Trung Quốc vẫn chưa thống nhất, chế độ thống trị lại vô cùng lỏng lẻo nên xuất hiện thể chế “Bách gia tranh minh”. Trong đó, Pháp gia do Hàn Phi Tử đại diện được rất nhiều người hưởng ứng, một nhân vật tiêu biểu khác của Pháp gia là Thương Uồng cũng được Tần Hiếu Công trọng dụng, tiến hành cuộc cải cách ở nước Tần. Ông chủ động phá vỡ những chế độ xưa cũ, mạnh dạn lập nên trật tự mới. Dưới trật tự đó, từ muôn dân bách tính cho đến đẳng quân vương cũng đều phải tuân theo luật pháp, tất cả mọi thứ được tiến hành theo quy định của pháp luật. Rất nhanh chóng, kinh tế nước Tần phát triển nhảy vọt, đó chính là tác dụng tích cực của “Pháp” đối với đất nước. Nhận thức của Marcus Aurelius về luật pháp không chỉ dừng lại ở đó, ông còn liên hệ đến vạn sự, vạn vật, đồng thời cho rằng cuộc đời của con người cũng phải tiến hành theo “Pháp”. Vậy, “Pháp” của đời người là gì?

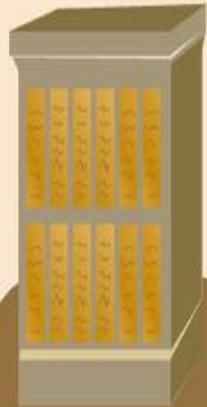
Từ góc độ vĩ mô mà nói, một người muôn tồn tại trên Trái đất này bắt buộc phải tuân theo rất nhiều quy tắc của tự nhiên, ví dụ như lực hấp dẫn hay năng lượng. Ngoài những quy tắc của tự nhiên, còn có những quy tắc của xã hội. Muốn đứng vững trong xã hội thì phải có những kỹ năng nhất định, thông qua lao động bằng kỹ năng để đổi lấy thù lao nhất định. Đồng thời, còn phải chịu sự trói buộc của các quy tắc xã hội, không thể làm những chuyện trái với kỉ cương, nếu không sẽ bị trừng phạt. Nhìn từ góc độ vi mô, một người muốn có kỹ năng nào đó thì nhất định phải thông qua quá trình học hỏi kiến thức, nếu muốn có được thù lao cao hơn người khác thì phải nắm được nhiều kiến thức hơn người khác, hơn nữa, đẳng cấp của kỹ năng cũng phải cao hơn. Do đó, “Pháp” của cuộc đời chính là phương pháp giành được kỹ năng cao cấp.

Một nhân viên muốn có được cơ hội thăng quan tiến chức, trước tiên phải nổi trội hơn so với những người cùng vị trí, điều ấy có nghĩa là hiệu quả làm việc của anh ta cũng phải cao hơn người khác. Phương pháp để nâng cao hiệu quả làm việc có rất nhiều, ví dụ như trước khi làm việc, định sẵn kế hoạch làm việc trong ngày, đồng thời phải biết xử lý linh hoạt, cũng phải chăm chỉ hơn người khác một chút, như vậy sớm muộn gì cũng sẽ thể hiện được tài năng của mình. Vì thế, chúng ta nhất định phải tìm thấy “Pháp” của mình trong cuộc sống.

Nếu bạn cảm thấy mình kém cỏi hơn người khác, hãy thử bắt đầu từ kiến thức cơ bản, nắm vững kiến trúc cơ bản hơn nữa. Nếu bạn cảm thấy quan hệ xã hội của mình không tốt, hãy thử tìm ra điểm yếu trong tính cách của mình, sau đó tập trung sửa đổi. Chỉ có vậy, cuộc đời ta mới trở nên có trật tự và hiệu quả.

## Trật tự thời La Mã cổ đại – Bộ luật 12 bảng đồng

Xã hội La Mã cổ đại được điều hành dưới chế độ Pháp chế, trong đó nổi tiếng nhất là “Bộ luật 12 bảng đồng”. Bộ luật này ra đời vào năm 452 TCN, áp dụng cho cả giới quý tộc và dân thường. Ban đầu, bộ luật gồm 10 điều luật, được khắc lên 10 bảng đồng. Sau này, do dân chúng nhiều lần yêu cầu nên vào năm 450 TCN, bộ luật được thêm vào hai điều, và đây cũng chính là “Bộ luật 12 bảng đồng” nổi tiếng cho đến ngày nay.



### Ý nghĩa

“Bộ luật 12 bảng đồng” có thể nói là bước khởi đầu của nước La Mã cổ đi đến chế độ pháp chế, nó quy định trách nhiệm và nghĩa vụ của công dân, tuy có người nhận xét nó vẫn còn thiên vị giới quý tộc, song nó cũng đã được thử nghiệm trên quy tắc bình đẳng. Đồng thời, cũng trở thành hình mẫu cho thể chế pháp luật của Châu Âu sau này.

### Ích lợi của biến pháp Thương Uông

#### Khai khẩn đất hoang, mở rộng bờ ruộng

Bờ ruộng là con đường nằm giữa các mảnh ruộng. Việc mở rộng bờ ruộng cũng có nghĩa là khuyến khích dân chúng khai khẩn đất hoang, tăng thêm sản lượng thu hoạch, làm đầy ngân khố và tăng thu nhập cho nhân dân.

#### Thiết lập huyện ché

Sát nhập thị trấn và thôn xóm lại thành huyện, do quan lại được Nhà nước cắt cử quản lý, cung cấp sự tập trung quyền lực cho Trung ương.

#### Dời đô về Hàm Dương

Dời kinh đô về Hàm Dương là để phát triển phía Đông nước Tần, tránh việc trọng tâm kinh tế bị thiên lệch cũng như sự khác biệt giữa các vùng miền quá lớn.

### Bài học quan trọng

*Đất nước không có thể ché cũng đáng sợ như công việc không có trình tự vậy. Khi bạn cảm thấy cuộc sống của mình trở nên hỗn loạn, hãy thử ngừng lại, làm rõ tất cả mọi chuyện rồi xử lý từng việc một, có vậy mới thoát khỏi cảnh tượng rối loạn đó.*

## Nguyên văn

*Trong bát cứ tình cảnh đau buồn nào cũng phải để tư tưởng này xuất hiện, cho dù trong nỗi đau đó không có gì xáu hổ, nó cũng sẽ không làm xáu đi sự chi phối của lí trí, bởi đối với lí tính hay tính xã hội của lí trí, nó đều không làm tổn hại đến lí trí. Đúng vậy, trong lúc đau khổ hãy để lời của Epicurus tiếp súc cho bạn: "Đau khổ không phải không thể chịu đựng được hay sê kéo dài mãi mãi, chỉ cần bạn nhớ rằng nó cũng có giới hạn, chỉ cần bạn đừng tăng thêm gì cho nó trong tưởng tượng, và hãy nhớ thêm điều này nữa, chúng ta không hề phát hiện ra rằng, chúng ta cũng cảm thấy đau khổ vì những chuyện khiến ta không vừa ý, như là ngủ gật, nóng trong người hay mất vị giác vậy." Khi bạn không vừa lòng với những chuyện ấy, hãy tự nhủ với lòng mình: Tôi đang tự gây đau khổ cho mình.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Đời người chăm chỉ khổ ít vui nhiều

Một vị hoàng đế La Mã liệu có phải chịu đau khổ không? Không nghi ngờ gì, cho dù là ai đi chăng nữa thì cũng đều có thể phải chịu sự giày vò của đau khổ. Vậy, thái độ đúng đắn khi đối diện với đau khổ là gì? Marcus Aurelius đã đưa ra kết luận rằng: Đau khổ không phải không thể chịu đựng được, và cũng không kéo dài mãi mãi.

Có một giai thoại rằng: Một hôm, Chúa sáng tạo ra Bò và nói với Bò rằng: “Con phải làm việc cả ngày trên đồng ruộng, lại còn phải dùng sữa của mình tạo phúc cho người khác, con làm lụng vất vả cả ngày mà chỉ được ăn cỏ, ta cho con 50 năm tuổi thọ.” Bò nghe xong thì bất mãn nói: “Cuộc sống của con khổ cực quá, con chỉ cần sống 20 năm thôi.”

Ngày thứ hai, Chúa sáng tạo ra Khi và nói: “Con phục vụ cho loài người, làm cho mọi người vui vẻ, ta cho con 20 năm tuổi thọ.” Khi nói: “Cuộc đời của con đầy bất hạnh, con trả lại Người 10 năm.” Chúa đồng ý.

Ngày thứ ba, Chúa sáng tạo ra Chó và nói: “Con phải trông nhà cho con người, ăn đồ thừa của họ, ta cho con 25 năm tuổi thọ.” Chó phản đối: “Cả ngày ngồi ở cửa, lại chỉ được ăn cơm thừa, con sống 15 năm là được rồi.”

Ngày thứ tư, Chúa sáng tạo ra Con Người và nói: “Con không cần phải làm gì, chỉ cần ăn chơi hưởng lạc, ta cho con 20 năm tuổi thọ.” Con Người lại nói: “Cuộc sống thoái mái vậy mà lại chỉ có 20 năm, ngắn ngủi quá! Hãy cho con 30 năm mà Bò trả lại Người, 10 năm của Khi và 10 năm của Chó!” Chúa nghĩ ngợi một hồi rồi gật đầu đồng ý.

Thế là, Con Người sống 20 năm chỉ ăn cơm, nằm ngủ rồi lại chơi đùa; sau đó giống như Bò làm lụng nuôi gia đình trong 30 năm; tiếp đó nghỉ hưu, trong vòng 10 năm, cả ngày đùa vui cùng con cháu; và 10 năm cuối đời, Con Người ở nhà cả ngày, ngồi bên bậu cửa như Chó...

Nhin bè ngoài, việc Con Người vất vả quá nửa cuộc đời đều là kết quả của việc ham mê hưởng lạc. Thực ra, chúng ta cũng có thể nhìn nhận vấn đề từ một phương diện khác, đó là nếu sờm nõ lực thì nửa đời sau của chúng ta chắc chắn sẽ không bị gói gọn trong chữ “Khổ”. Tổ tiên của chúng ta đều biết “Trẻ nhác lười, già chịu khổ”, có thể thấy rằng, nỗi khổ của đời người hoàn toàn đến từ việc

ham mê lạc thú. Nếu bạn đã bắt đầu chăm chỉ làm việc, hãy tiếp tục kiên trì; nếu bạn vẫn đang tiêu diêu hưởng lạc thì cần nhớ rằng: “Những việc trong quá khứ sẽ không thể thay đổi được, nhưng những việc trong tương lai thì vẫn nằm trong tay ta”, hãy nắm lấy cơ hội khi có thể.

### Bảng phân chia cuộc đời người



### Bài học quan trọng

Đừng để bị lạc lối bởi vẻ ngoài của nỗi đau khổ, khi cảm thấy chán ghét “Só phận”, chúng ta phải điều chỉnh lại tâm trạng của mình, nỗ lực nhìn thấy hi vọng trong tương lai. Cho dù tạm thời không thấy tia hi vọng nào thì cũng cần giữ tinh thần lạc quan, bởi người lạc quan sẽ có được nhiều niềm vui nhất.

## Nguyên văn

*Sự hoàn thiện phẩm chất đạo đức nằm ở chỗ sống mỗi ngày như thế đó là ngày cuối cùng trong cuộc đời, không có phản ứng mãnh liệt với những chuyện kích thích, cũng không tê dại hay có những hành vi giả tạo.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Vũ khí sắc bén đẻ đến với thành công chính là có gắng tiến bộ mỗi ngày

Marcus Aurelius cho rằng nên “sống mỗi ngày như thế đó là ngày cuối cùng trong cuộc đời”, đó là con đường ta buộc phải trải qua để hoàn thiện phẩm chất đạo đức.

Có câu ngạn ngữ nói rằng: “Tiến bộ mỗi ngày, cuộc đời sẽ đổi thay.” Trong sách Đại học (thuộc Tứ Thư) có câu sau: “Cầu nhật tân, nhật nhật tân, hựu nhật tân”, có nghĩa là “Nếu có thể thay cũ đổi mới mỗi ngày, thì phải ngày ngày thay cũ đổi mới, không ngừng đổi mới lại đổi mới.” Trong Đạo đức kinh, Lão Tử cũng có nói: “Cây đại thụ sum suê mọc lên từ mầm non bé nhỏ, đài cao chín tầng dựng nên từ những đồng đất bùn, chuyến du hành vạn dặm bắt đầu từ bước chân đầu tiên.” Điều ấy chứng minh rằng, chỉ một sự thay đổi nhỏ nhoi cũng có thể dẫn đến sự thay đổi của sự vật. Từ tầm thường trở thành xuất sắc không phải là chuyện thần thoại, điều cần làm chính là cố gắng tiến bộ mỗi ngày.

Do ảnh hưởng của khủng hoảng kinh tế, một công ty ở New York bị một công ty của Pháp mua lại, nhân viên công ty ai cũng lo lắng, mọi người đều nghĩ: Liệu mình có bị nghỉ việc không? Giám đốc công ty đã tuyên bố trong cuộc họp: “Công ty sẽ không cắt giảm nhân viên, nhưng nếu tiếng Pháp của bạn quá kém, không thể giao tiếp với người khác thì chúng tôi đành phải mời bạn ra đi. Tháng sau công ty sẽ có buổi sát hạch tiếng Pháp, chỉ những người đủ tiêu chuẩn mới có thể ở lại.” Tan họp, mọi người đua nhau đến hiệu sách, mua đủ loại sách học tiếng Pháp, chỉ có một người khi xong việc vẫn về nhà như bình thường, mọi người đều nghĩ chắc hẳn anh ta đã bỏ cuộc rồi. Nhưng khi kết quả kì thi sát hạch được công bố, anh ta lại giành được điểm rất cao.

Hóa ra, khi mới vào công ty, biết mình có nhiều chỗ không bằng người nên anh ta đã tranh thủ thời gian học thêm. Ban đầu, anh ta phụ trách bán hàng, phải giao thiệp với rất nhiều khách hàng nước ngoài, trong đó khách hàng người Pháp chiếm khá nhiều. Nhưng mỗi khi email qua lại với khách hàng, anh ta đều cảm thấy rất bức bối vì không hiểu được tiếng Pháp, cực chẳng đã phải nhờ người phiên dịch, từ đó, anh ta có ý định học tiếng Pháp. Vào thời gian rảnh, anh ta bắt đầu tự học, vì vậy chẳng bao lâu sau đã có thể giao tiếp đơn giản với khách hàng. Thời gian dần trôi, tiếng Pháp của anh ta đạt đến trình độ nhất định, còn anh ta cũng giữ được công việc của mình, lọt vào mắt xanh của công ty, người nhân viên có nghị lực và quyết tâm đến vậy, thử hỏi còn có việc gì làm khó được anh ta?

Nếu mỗi ngày đều thay đổi được một điểm thôi thì sau một năm ta sẽ đổi thay được 365 điểm. Cho dù chúng ta còn đang ngồi trên ghế nhà trường hay đang lăn lộn giữa trường đời, hãy nhớ rằng đừng bao giờ giảm chân tại chỗ. Giành được tiến bộ không chỉ hạn chế trong một ngôn ngữ nào đó, chỉ cần có liên quan đến công việc của mình thì đều đáng để ta bỏ công tìm tòi, học hỏi.

Bỏ lỡ hậu quả của “một chút xíu”

Đòn dao Scotland: *Bạn có thiếu một cái đinh không?*  
*Thiếu một cái đinh, rơi một cái móng ngựa;*  
*Rơi một cái móng ngựa, hỏng một con ngựa chiến;*  
*Hỗn một con ngựa chiến, thua một trận chiến tranh*  
*Thua một trận chiến tranh, mất cả một đất nước.*

### Điển cổ

Mùa đông năm 1485, để tranh ngôi vị hoàng đế nước Anh, Richard III – người thuộc hoàng thất Scotland cùng với bá tước Henry xứ Richmon đã tiến hành quyết đấu. Ban đầu, đội quân của Richard III khí thế mạnh mẽ, chỉ cần thanh gươm dài trong tay ông huơ lên là một hàng ngựa chiến lập tức đứng chấn ngang phía trước. Binh lính anh dũng thiện chiến, dường như đã nhìn thấy ánh hào quang của chiến thắng ở không xa.

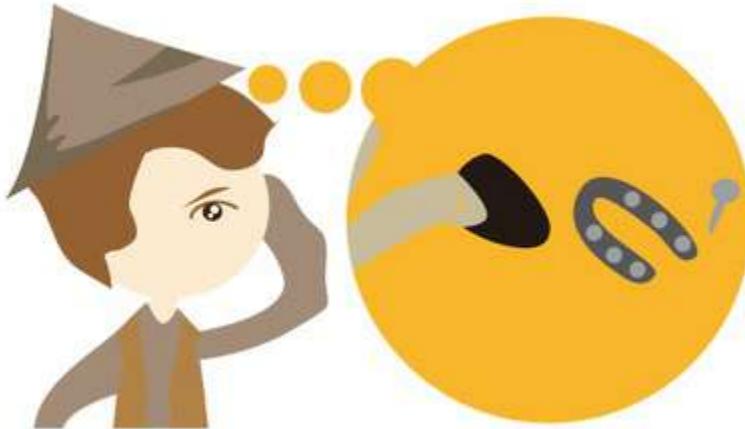


Bỗng nhiên, con chiến mã của Richard III ngã gục, mọi người đều tưởng rằng thống soái của mình đã trúng gươm hi sinh. Phút chốc, đội quân rối loạn như rắn mây dầu. Vào lúc này, bá tước Henry tiến hành phản công, không những nhanh chóng xoay chuyển tình thế mà còn lấy được thủ cấp của Richard III, giành được ngôi vị hoàng đế nước Anh, lập nên vương triều Tudor.

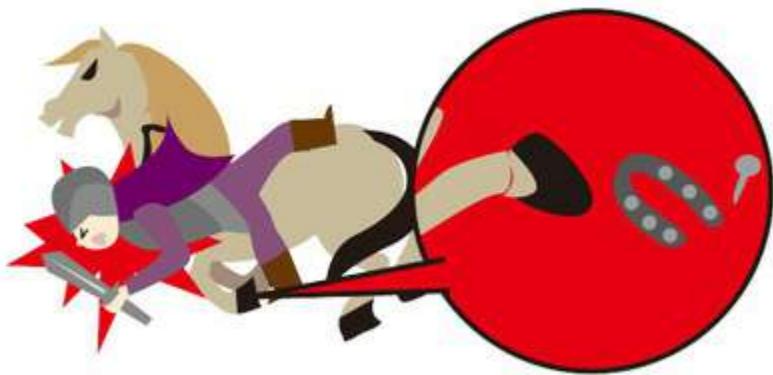


## Nguyên nhân

Trước đêm quyết chiến, người coi ngựa thay móng cho ngựa của Richard III, nhưng bị thiêu mất một cái đinh. Do nhất thời không tìm được cái đinh đóng móng khác, anh ta bèn lắp liếm cho qua.



Khi đánh trận, chiếc móng ngựa thiêu đinh bị lỏng và rơi ra. Kết quả là con ngựa mất móng, khiến cho Richard III ngã khỏi lưng ngựa, dẫn đến bại trận và mất nước.



### Bài học quan trọng

Một chi tiết nhỏ nhặt cũng có thể khiến cho một quốc gia đổi chủ. Từ đó suy ngược lại, chỉ cần mỗi ngày thay đổi một chi tiết nhỏ là cuối cùng sẽ có được sự thay đổi đáng kể về phẩm chất. Thành công không chỉ dựa vào vận may như trúng số độc đắc mà dựa vào sự tích lũy từng chút một mỗi ngày.

## PHẦN 8 > ĐẶT HIỆU QUẢ LÊN HÀNG ĐẦU

Ở phần này, chúng ta sẽ được lĩnh hội những luận thuyết tinh hoa của Marcus Aurelius về “Hiệu quả”, ông không những nhấn mạnh làm thế nào để sử dụng thời gian mà còn nhấn mạnh tác phong làm việc “nghiêm túc”, giúp ích rất nhiều cho chúng ta trong cuộc sống và học tập.

- Đừng quá xem trọng hư vinh
- Đừng để ý đến những can thiệp của thế giới bên ngoài
- Biết sử dụng thời gian hợp lí
- Coi trọng trình độ chuyên môn
- Đừng xem thường sức mạnh nhỏ bé
- Sống khiêm nhường
- Học cách nǎm - buông
- Bận rộn là sự khởi đầu của bần hàn
- Tự tin vào bản thân
- Nâng cao khả năng thích ứng



### 1 ĐỪNG QUÁ XEM TRỌNG HƯ VINH

#### Nguyên văn

*Việc suy ngẫm lại những chuyện đã qua có thể giúp ta loại bỏ những ham muốn hư danh, giống như một triết gia sống hết cuộc đời mình hay ít nhất là cuộc đời sau*

*tuổi trẻ của bạn, điều này không còn nằm trong khả năng của bạn; bạn cũng như rất nhiều người khác đều hiểu rõ rằng mình đang xa rời Triết học. Sau đó, bạn rời vào tình trạng rối loạn, không trật tự, từ đó khiến cho việc có được danh tiếng của một triết gia không còn dễ dàng nữa, kế hoạch sống của bạn cũng không còn phù hợp. Nếu bạn đã thực sự nhìn rõ được vấn đề nằm ở đâu thì hãy từ bỏ ngay ý nghĩ đó. Bạn không cần quan tâm người khác nghĩ gì về mình, chỉ cần bạn sống một cuộc đời theo đúng bản tính của mình thì bạn đã mãn nguyện rồi. Hãy chú ý bản tính của bạn có những mong muốn gì, đừng để bất cứ điều gì làm bạn phân tâm, bởi bạn đã có rất nhiều kinh nghiệm phiêu bạt khắp nơi mà không tìm được chút hạnh phúc nào; không có trong tam đoạn luận, trong tiền tài, trong danh vọng hay trong lạc thú, bạn không tìm thấy hạnh phúc ở bất cứ đâu. Vậy hạnh phúc ở nơi đâu? Chính ở những chuyện mà bản tính làm người của bạn yêu cầu.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Coi trọng thực tế mới có thể tạo dựng cuộc đời hoàn chỉnh

Đối với Marcus Aurelius, cuộc đời nhu thế nào mới thực sự có ý nghĩa? Đó chính là suy ngẫm như những triết gia. Điều này không chỉ khiến cho con người cảm nhận được chân lí của vũ trụ, mà còn có thể xóa bỏ những dục vọng và hư vinh tiêu cực. Có thể bạn sẽ nói, theo đuổi hư vinh thì có gì không tốt? Mỗi người đều có lòng ham hư vinh, nhưng nếu quá ham mê hư vinh thì có thể khiến ta làm đường lắc lối.

Có câu chuyện kể rằng: Ông sên con luôn thấy bức bối với cái vỏ vừa nặng vừa vụng về của mình, nó bèn hỏi mẹ: “Tại sao con lại phải vác cái vỏ này? Con sâu róm không có xương, bò cũng rất chậm, sao nó không cần có vỏ?” Sên mẹ đáp: “Vì sâu róm có thể hóa thành bướm bướm, nó có thể bay rất cao, bầu trời có thể bảo vệ cho nó.” Sên nhở lại hỏi: “Thế còn giun thì sao? Nó cũng không có xương, bò cũng không nhanh, lại không cần có vỏ.” Sên mẹ trả lời: “Vì giun có thể chui xuống đất, đất sẽ bảo vệ cho nó.” Sên nhở nghe xong bỗng ôa lên khóc: “Số chúng ta thật khổ, bầu trời và mặt đất đều không bảo vệ cho ta.” Sên mẹ cười nói: “Thế nên chúng ta mới có vỏ, chúng ta không dựa vào trời đất mà dựa vào chính mình!” Câu chuyện này nhìn bề ngoài thì có vẻ như đang nói về chủ đề “tự lực cánh sinh”, nhưng nghĩ kỹ lại thì lòng ngưỡng mộ của sên nhở với bướm và giun, như vậy chẳng phải chính là hư vinh sao? Nếu sên nhở không tuân theo đặc điểm của bản thân, cho rằng vỏ của mình là thứ vô dụng mà vứt bỏ đi, sống vô lo như bướm và giun thì chắc hẳn sớm muộn gì cũng trở thành miếng mồi ngon cho kẻ khác.

Có thể chúng ta cũng giống như ốc sên, trời sinh ra đã phải mang trên mình cái vỏ nặng nề. Nhưng ta vẫn phải sống thực tế, xuất phát từ đúng hoàn cảnh của mình, nghiêm túc làm việc, đừng bao giờ suy nghĩ xa rời thực tế. Người thực sự nhìn xa trông rộng nhất định sẽ không oán thán vì hoàn cảnh của mình, mà sẽ nỗ lực không mệt mỏi vì mục tiêu đã định, cho đến khi thoát khỏi tình cảnh khó khăn.

Tam đoạn luận

Tam đoạn luận bắt nguồn từ Hi Lạp cổ, là phương pháp suy luận thường dùng của logic học. Luận chứng của phương thức Tam đoạn luận này bao gồm ba phán đoán riêng biệt là tiền đề lớn, tiền đề nhỏ và kết luận. Trong đó, tiền đề bao hàm phần lớn là tiền đề lớn, tiền đề bao hàm phần nhỏ là tiền đề nhỏ, phán đoán bao hàm tiền đề lớn và nhỏ là kết luận.

#### Ví dụ về kết luận chính xác

Phàm đá là vàng thì đều phát sáng,  
đây là vàng,  
vì thế phát sáng.



#### Ví dụ về kết luận sai lầm

Phàm đá là vàng thì đều phát sáng,  
thứ này phát sáng,  
vì thế nó là vàng.



#### Thực tế

Đề cao việc nghiêm túc làm việc,  
không vọng tưởng về những thứ hư  
vinh, xa rời thực tế. Nỗ lực nâng cao  
năng lực của bản thân để đạt được  
mục tiêu đã định.

#### Ví dụ về kết luận sai lầm

Tính cách nóng nảy, không thể tĩnh  
tâm làm việc. Hay mơ mộng xa vời,  
nhưng lại không chịu bỏ công sức ra  
để nâng cao năng lực của bản thân.

### Bài học quan trọng

Cái xấu của việc theo đuổi hư vinh chính là khiến cho con người trở nên xóc nỗi, hẽ không đạt được mục tiêu đã định là cực kì thất vọng, hơn nữa lại rất dễ trở nên tiêu cực. Vì thế, khi làm việc cần có thái độ và cái nhìn thực tế, mọi việc đều phải xuất phát từ thực tế.

## Nguyên văn

*Việc chính nằm ở chỗ: Đừng để bị làm phiền, bởi tất cả mọi sự vật đều phù hợp với bản chất của vũ trụ, bạn sẽ nhanh chóng trở thành hư vô, không còn tồn tại ở bất cứ đâu, giống như Hadrian và Augustus vậy. Tiếp đó, phải tập trung tinh thần vào việc bạn đang làm, đồng thời nhớ rằng làm một người tốt chính là nghĩa vụ của bạn, cho dù bản tính con người đòi hỏi điều gì, hãy làm những việc được yêu cầu chứ đừng gác lại; nói những điều bạn cho là thích hợp, đồng thời lưu ý nói bằng thái độ khiêm tốn, hòa nhã và không chút giả dối.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Làm ngơ trước những sự phiền nhiễu, theo đuổi mục tiêu, như vậy mới có thể đi tới thành công

“Tất cả mọi sự vật đều phù hợp với bản chất của vũ trụ”, câu này có nghĩa là vũ trụ có quy luật và phép tắc riêng của nó, muốn hoàn thành một việc thì bắt buộc phải gạt bỏ mọi sự phiền nhiễu của thế giới bên ngoài, chuyên tâm làm việc hết mình, trên cơ sở tuân thủ những quy luật ấy. Chỉ như vậy mới có thể nâng cao hiệu quả công việc, nhanh chóng đạt được mục tiêu đã định.

Tổng thống Mĩ Abraham Lincoln khi đọc sách luôn rất tập trung, hầu như không bị ảnh hưởng bởi thế giới bên ngoài. Một sáng nọ, Lincoln mê mải đọc cuốn tuyển tập thơ, bất giác đã đến trưa, khi vợ ông gọi đi ăn cơm, Lincoln chỉ thuận miệng đáp rồi lại tiếp tục đọc sách. Vợ ông thấy chồng đang say mê đọc sách bèn bê thức ăn vào phòng ngủ, đặt lên bàn cạnh Lincoln và nhắc ông mau ăn cơm, Lincoln lại gật gật đầu. Chìm đắm trong đại dương thơ ca, Lincoln như người mê muội, quên cả con chó, khi ông gấp cuốn sách lại thì trời đã về chiều, khi ấy ông mới thấy hơi đau bụng. Lúc này, nhìn thấy đồ ăn trên bàn, tưởng rằng mình đã ăn trưa, ông bèn đi dạo trong sân, đợi bữa trà chiều. Tới khi vợ ông vào phòng thu dọn mới phát hiện ra Lincoln chưa ăn miếng nào. Đọc sách tới độ quên cả ăn cơm, chứng tỏ tâm trí của Lincoln hoàn toàn tập trung vào việc đọc, ông đã đạt đến cảnh giới không bận tâm tới bất cứ sự “làm phiền” nào của thế giới bên ngoài.

Các nhà khoa học từng làm một thí nghiệm như sau: Trước tiên dùng phương pháp thông kê thông thường để đo khả năng đọc của con người. Sau đó, trong những người có khả năng đọc thấp chọn ra vài tinh nguyện viên, cho họ ngồi đọc sách trong một căn phòng vừa yên tĩnh vừa thoải mái, đồng thời bật nhạc có tác dụng thư giãn tinh thần. Thí nghiệm kết thúc, các nhà khoa học phát hiện ra khả năng đọc của những người này có sự tăng không giống nhau, qua đó có thể thấy rằng sức ảnh hưởng của tác động bên ngoài đối với con người là không thể xem nhẹ được. Muốn tập trung được tinh thần, thì ngoài việc tạo dựng môi trường tương đối thoải mái, ta còn cần phải tập trung sức chú ý nữa. Nếu chúng ta có thể đạt đến cảnh giới đọc sách quên mình như Lincoln thì còn có khó khăn nào mà ta không thể khắc phục được?

Phương pháp học tập trung tinh thần

### Tạo môi trường thoải mái

Cố gắng giữ yên tĩnh, loại bỏ tạp âm trong phòng. Đồng thời bỏ đi những thứ có thể ảnh hưởng đến sức chú ý, ví dụ như những đồ linh tinh trên bàn. Nếu trong phòng quá thực quá ồn ào thì có thể dùng bông nhét lỗ tai để cách âm.



### Xóa bỏ những tạp niệm trong lòng

Có lúc tuy trong phòng rất yên tĩnh nhưng hiệu quả học tập và làm việc vẫn không cao, lúc này ta cần phải tĩnh tâm lại. Nếu cảm thấy căng thẳng, bức bối thì trước tiên hãy ngồi yên lặng một lát để tĩnh tâm hoặc hít thở sâu.



### Bồi dưỡng sự hứng thú với chuyên môn

Đọc sách mình thích thì bất giác sẽ bị lôi cuốn vào đó. Vì thế, chúng ta có thể bồi dưỡng cho mình hứng thú đối với những kiến thức chuyên môn, nếu đó là kỹ năng mà ta bắt buộc phải nắm bắt được thì còn có lí do gì để ghét bỏ nó? Hãy nhớ: Có hứng thú sẽ có động lực.



### Rèn luyện lòng tự tin

Nếu không có lòng tin với những kiến thức cần nắm bắt thì dù đọc sách thế nào cũng sẽ không có được hiệu quả lý tưởng. Tin vào năng lực của bản thân thì mới có thể thành công.



### Bài học quan trọng

Nếu bạn thấy sức tập trung của mình còn kém thì cũng đừng bao giờ tự ti, bởi sức tập trung là vấn đề mà con người đã nghiên cứu từ rất lâu. Nâng cao sức tập trung cũng không phải chuyện làm được trong một sớm một chiều mà cần có nỗ lực và lòng kiên trì không mệt mỏi trong suốt thời gian dài.

## Nguyên văn

*Bạn không có không gian hay khả năng để đọc, nhưng bạn có không gian và khả năng để ngăn ngừa thói ngạo mạn, bạn có không gian vượt lên niềm vui và nỗi buồn, bạn có không gian vượt lên niềm đam mê đối với danh tiếng, đừng buồn phiền vì những kẻ ngu ngốc và vong ơn bởi nghĩa, thậm chí cũng không cần phải để ý đến chúng.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Trân trọng thời gian đúng cách mới có thể nâng cao hiệu quả

Đối với một vị hoàng đế có trách nhiệm như Marcus Aurelius, thời gian có nghĩa là gì? Một ngày của Marcus Aurelius chắc chắn là vô cùng bận rộn, ông không chỉ phải bận tâm bao chuyện quốc gia đại sự mà còn phải giải quyết vô số những việc vụn vặt khác, ngoài ra, còn không được làm ngơ trước cảm nhận của người thân và bạn bè. Ngoài ra, vị hoàng đế ấy còn phải buồn lòng vì những chuyện nơi biên cương xa xôi nữa. Cho dù thế, ông vẫn dành thời gian rảnh rỗi để viết nên *Suy ngẫm*. Từ đó có thể thấy, để tranh thủ được thời gian, quan trọng là bạn có biết dùng đúng phương pháp hay không.

Có hai cậu sinh viên mới tốt nghiệp cùng vào làm trong một doanh nghiệp, khởi điểm và trình độ của hai người tương đương nhau, cùng là nhân viên phòng Kinh doanh. Hai năm sau, một người đã là phó phòng Kinh doanh, còn người kia vẫn là nhân viên. Người không có cơ hội thăng tiến kia cảm thấy rất bất bình, anh ta bèn lên than phiền với Giám đốc. Giám đốc nghe xong liền nói: “Khi mới vào công ty, khoảng cách giữa các cậu không lớn, khi ấy tôi còn có phần ưu ái cậu hơn, vì cậu rất linh hoạt khi xử lý sự cố, năng lực học tập cũng tốt hơn.” “Vậy tại sao tới giờ tôi vẫn chưa được thăng chức?” Giám đốc trả lời: “Đó là tình hình của hai năm trước, chứ không phải hiện tại. Cậu thử nghĩ xem, trong hai năm qua cậu có gì tiến bộ?” Cậu nhân viên nghĩ ngợi rồi nói: “Tất nhiên là có rồi, doanh số bán hàng mỗi năm của tôi đều tăng, hơn nữa rất nhiều bản kế hoạch do tôi soạn ra được thông qua.” Giám đốc nói: “Điều đó không sai, nhưng cậu biết trong hai năm vừa rồi cậu Phó phòng kia đã làm được những gì không? Hàng ngày, đến giờ tan làm là cậu cũng như đa số nhân viên khác rời khỏi công ty, còn cậu ta vẫn tiếp tục làm việc. Tôi không có ý nói là bắt buộc phải làm thêm giờ, chỉ là khi không phải giờ làm, cậu ta lại cầm cúi với sách vở để học thêm. Trong hai năm qua, chuyên môn của cậu ta vượt xa cậu. Hơn nữa, doanh số bán hàng của cậu ta cũng rất tốt, phương diện quản lí cũng có tiến bộ rõ rệt. Cậu có thể là một nhân viên xuất sắc, nhưng cậu ta sớm đã học cách làm một người quản lí xuất sắc.” Cậu nhân viên hay than vãn cuối cùng cũng biết nguyên nhân tật hại của mình: Hai người có khởi điểm giống nhau nhưng đối thủ lại biết tận dụng thời gian hơn.

Thời gian rất công bằng với mỗi người, có người không bỏ phí chút thời gian nào, cho dù là khi chen chúc trên xe bus cũng cố học thuộc từ vựng tiếng Anh, vì vậy với anh ta thời gian vô cùng dài dà. Có người thì dù đi làm cả ngày nhưng vẫn không để tâm vào công việc, hiệu quả làm việc càng thấp hơn. Nếu chúng ta biết tận dụng không gian của thời gian như Marcus Aurelius để đọc sách và học tập thì nhất định sẽ giành được vị trí xứng đáng trong cuộc sống.

Sử dụng thời gian hợp lý chính là quý trọng sinh mạng

### Tạo môi trường thoải mái

Cố gắng giữ yên tĩnh, loại bỏ tạp âm trong phòng. Đồng thời bỏ đi những thứ có thể ảnh hưởng đến sức chú ý, ví dụ như những đồ linh tinh trên bàn. Nếu trong phòng quá thực quá ồn ào thì có thể dùng bông nhét lỗ tai để cách âm.



### Xóa bỏ những tạp niệm trong lòng

Có lúc tuy trong phòng rất yên tĩnh nhưng hiệu quả học tập và làm việc vẫn không cao, lúc này ta cần phải tĩnh tâm lại. Nếu cảm thấy căng thẳng, bức bối thì trước tiên hãy ngồi yên lặng một lát để tĩnh tâm hoặc hít thở sâu.



### Bồi dưỡng sự hứng thú với chuyên môn

Đọc sách mình thích thì bất giác sẽ bị lôi cuốn vào đó. Vì thế, chúng ta có thể bồi dưỡng cho mình hứng thú đối với những kiến thức chuyên môn, nếu đó là kỹ năng mà ta bắt buộc phải nắm bắt được thì còn có lí do gì để ghét bỏ nó? Hãy nhớ: Có hứng thú sẽ có động lực.



### Rèn luyện lòng tự tin

Nếu không có lòng tin với những kiến thức cần nắm bắt thì dù đọc sách thế nào cũng sẽ không có được hiệu quả lý tưởng. Tin vào năng lực của bản thân thì mới có thể thành công.



### Bài học quan trọng

Sử dụng thời gian hợp lý không những có thể nâng cao hiệu quả làm việc mà còn có thể tạo thêm nhiều cơ hội nghỉ ngơi cho mình. Có khi người khác vẫn còn bận rộn làm việc thì bạn đã được ngồi nhâm nhi tách cà phê áy chứ!

## Nguyên văn

Hãy nhớ: Cũng giống như chuyện ngạc nhiên khi thấy cây sung cho trái sung là một sự đáng xấu hổ, thì việc ngạc nhiên trước những sự vật vốn dĩ do thế giới này sản sinh ra cũng là một nỗi xấu hổ. Đối với bác sĩ, nếu anh ta ngạc nhiên trước một người bị sốt, hay một thủy thủ ngạc nhiên trước hướng gió không đúng ý mình, đó đều là nỗi xấu hổ dành cho họ.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Trình độ chuyên môn là cơ sở để thành công

Trong mắt Marcus Aurelius, việc một bác sĩ ngạc nhiên khi đối diện với người bệnh là chuyện vô cùng nực cười, bởi chức trách của bác sĩ chính là trị bệnh cứu người, nếu anh ta thậm chí còn sợ hãi trước bệnh trạng thì anh ta không xứng với nghề nghiệp của mình. Bất kể bạn làm nghề gì thì cũng đều phải có chuyên môn nhất định.

Có câu chuyện cười rằng: Một anh nọ rất thích làm bác sĩ, nhưng vì không tinh thông y thuật nên toàn gây ra những sự cố khi chữa trị, vì thế mà hành nghề nhiều năm song vẫn nghèo rớt mùng tơi. Một hôm, anh ta chữa bệnh làm chết một người, người nhà bệnh nhân đến đòi bồi thường, nhưng anh ta chẳng có nỗi một đồng, đành phải thế chấp nhà. Ngày hôm sau, anh ta kê cho bệnh nhân một đơn thuốc, người bệnh vừa uống xong thì lăn ngay ra chết, hết cách, anh ta đành phải bán hết bát đĩa xoong chậu trong nhà. Ngày thứ ba, anh ta nhở vợ mang thuốc đến cho một người bệnh, vợ hỏi tối anh ta muốn ăn gì, anh ta bèn nói: “Không cần đâu, em không phải quay về nữa, coi như đèn bù cho người ta!”

Điều nực cười của tay bác sĩ này là ở chỗ, anh ta hoàn toàn không có kiến thức chuyên môn của một bác sĩ nhưng vẫn muốn hành nghề y, vậy nên dù cho anh ta có kết cục bi đát ra sao cũng không đáng cảm thông. Trình độ chuyên môn và đạo đức nghề nghiệp là hai chuyện hoàn toàn khác nhau, đạo đức nghề nghiệp của vị bác sĩ đó không có vấn đề gì, mục đích của anh ta vẫn là muốn trị bệnh cứu người, hơn nữa khi gây ra sự cố cũng tìm cách bồi thường thích hợp, nhưng anh ta lại không có trình độ chuyên môn và tố chất nghề nghiệp, từ đó mới thất bại bi đát.

Trong cuộc sống hiện thực, nếu chúng ta làm nghề nào đó thì nhất định phải bồi dưỡng chuyên môn của mình cho tốt. Ví dụ, làm luật sư thì nên thông thạo các điều luật, hễ khách hàng có nhu cầu là cần làm hết sức mình để thua kiện, cho dù thắng hay thua thì cũng đã làm hết chức trách. Nếu bạn là kiến trúc sư thì nên dùng kiến thức chuyên môn của mình để giúp khách hàng thiết kế nên sản phẩm khiến họ hài lòng, đồng thời hạn chế sai sót hết mức có thể. Nếu bạn làm quản lý thì hãy nhớ, ngoài việc làm tốt công việc của mình, còn phải biết cách điều hành, làm hết sức mình để bảo vệ quyền lợi cho nhân viên. Làm tốt chuyên môn của mình là bài học bắt buộc của mỗi người, chúng ta vừa phải có trách nhiệm làm tốt mọi việc, lại vừa phải không ngừng nâng cao chuyên môn, có vậy mới khiêm cho sự nghiệp của mình thuận buồm xuôi gió.

Nhật ký trưởng thành của “lính mới vào nghề”

Ngày đầu mới đến, chưa nắm rõ về công việc, cũng chẳng có kinh nghiệm gì, vì thế nên thường hay mắc lỗi, bị sếp mắng, đây là chuyện mà những người mới vào nghề hay gặp phải.



Trong công việc, bắt đầu ý thức được việc bồi dưỡng trình độ chuyên môn cho bản thân, nhờ không ngừng học tập và tích lũy nên nắm được đủ kiến thức chuyên môn, nâng cao năng lực làm việc.



Ngoài việc học hỏi từ sách vở, còn phải học hỏi thêm từ những người đi trước, những vấn đề không thể tự mình giải quyết thì có thể xin ý kiến của người khác, có vậy mới không ngừng trưởng thành.



Từ lính mới vào nghề trở thành người thành thục trong công việc, lại bước đầu có chút thành công. Trong công việc, thực ra chỉ cần có hai điều kiện: một là có đủ kiến thức chuyên môn, hai là có lòng yêu nghề kính nghiệp.



### Bài học quan trọng

*Điểm cốt yếu của việc học tốt chuyên môn chính là nắm vững cơ sở, ngày nay rất nhiều sinh viên nghĩ rằng lên lớp nghe giảng là không quan trọng, nhưng chỉ sau khi đi làm mới phát hiện ra rằng mình đã để lãng phí mất những gì. Bởi vậy, mục đích của việc học tốt kiến thức cơ sở chính là để tương lai không mất thời gian bồi túc lại.*

## Nguyên văn

*Lucilla nhìn thấy Verus chết, sau đó Lucilla cũng chết; Secunda nhìn thấy Maximus chết, sau đó Secunda cũng chết; Epitynchanus nhìn thấy Diotimus chết, sau đó Epitynchanus cũng chết; Antoninus nhìn thấy Faustina chết, sau đó Antoninus cũng chết. Đó chính là dòng chảy của cuộc đời. Celer nhìn thấy Hadrian chết, sau đó Celer cũng chết. Những con người thông minh tuyệt đỉnh hay những nhà tiên tri ý chí ngát trời áy, bây giờ họ ở đâu? Ví dụ, những người cơ trí như Charax, Demetrius, những người theo chủ nghĩa Platonist, còn có Eudaemon và những người tương tự. Tất cả họ đều đã sám rồi khôi cõi đời này. Có những người thậm chí đã lập tức bị người đời quên lãng, chỉ có một vài người trở thành những vị anh hùng trong truyền thuyết, có những người cũng đã biến mất những truyền thuyết đó. Hãy nhớ kĩ điều này: Bạn - một thứ hồn hợp nhỏ bé – rồi cũng sẽ có ngày tan rã hay ngừng thở hoặc bị chuyển đến một nơi nào khác.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

“Người bình thường” cũng có thể thay đổi lịch sử

Marcus Aurelius đã nhìn thấu được quy luật phát triển của sự vật, trong mắt ông, mọi thứ rời cũnđều tan biến, nếu đem so với cá vú trụ thì một con người quả thực sẽ trở nên nhỏ bé đến lạ kì. Vậy “Thứ hồn hợp” đó rốt cuộc có ý nghĩa hay không? Đáp án là có, bởi rất nhiều lúc, sức mạnh của một con người lại lớn đến mức khó có thể tưởng tượng được.

Ngày 1 tháng 12 năm 1955, ở Mĩ, bà Rosa Parks - một người thợ may da đen 42 tuổi lên xe bus, chẳng bao lâu sau, một người da trắng lén xe, tài xế yêu cầu bốn người da đen ở giữa xe nhường chỗ cho người da trắng. Ba người da đen kia đứng dậy, riêng Rosa Parks vẫn ngồi im. Người da trắng kia ra oai đòi gọi cảnh sát bắt giam bà. Trước lời đe dọa, bà Parks vẫn giữ vững quan điểm của mình, quyết không vì màu da mà nhường chỗ, kết quả là bà bị bắt giam thật. Chuyện này lập tức gây nên một làn sóng dư luận. Những người công dân da đen ra đường biểu tình, tẩy chay hệ thống phương tiện giao thông vận tải công cộng, trong suốt thời gian 381 ngày, không một người da đen nào bước chân lên xe bus. Cuối cùng, Tòa án đưa ra phán quyết, bãi bỏ chính sách kì thị chủng tộc trên các phương tiện giao thông công cộng. Từ đó, Rosa Park trở thành lãnh tụ của phong trào vận động dân chủ. Sau khi phản đối luật định cư của thành phố, bà trở thành người anh hùng trong lòng dân chúng, con đường nơi bà sống và trường trung học ở đó đều lấy tên bà, những cuộc diễu hành phản đối luật định cư trong Lễ tạ ơn đều giương cao ảnh của bà. Rosa Parks không hề nghĩ rằng sự kiên trì đối với lòng tự tôn của mình lại mang đến ảnh hưởng to lớn như vậy.

Có câu nói “Con mồi xô cây đổ, không biết lượng sức mình”. Nhưng ở đây, người ta đã bỏ qua một khả năng, ấy là nếu con mồi nhỏ cứ gặm vỏ cây mãi, gặm cho đến tận lõi cây, thì ai dám đảm bảo rằng cái cây đó sẽ không vì thế mà khô chết? Chúng ta không nên xem thường sức mạnh của bản thân, xem thường khả năng công hiến của mình cho xã hội, bất cứ ai cũng đều có thể làm thay đổi lịch sử.

Những “người bình thường” không thể  
bỏ qua

## Những người ngoài giới khoa học – Anh em nhà Wright

Khi anh em nhà Wright muôn phát minh máy bay thì người đời thay vì cổ vũ, khuyễn khích lại quay sang cười nhạo họ, bởi hai người còn chưa học qua đại học thì sao có thể nắm được những kiến thức vật lí và cơ khí phức tạp, càng không nói đến chuyện làm ra máy bay bay lên trời. Song họ vẫn không nản lòng mà dùng chính hành động của mình để đáp trả lại tất cả những lời cười nhạo và hoài nghi mình.



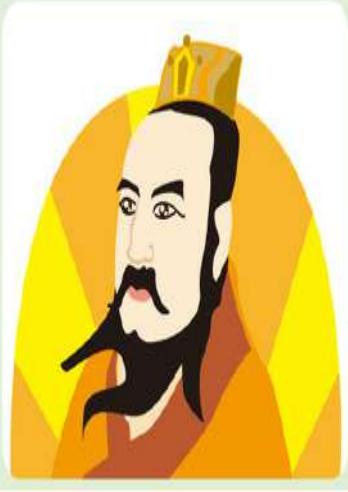
## Kẻ thư sinh vô dụng – Tô Tần

Trước khi thành danh, Tô Tần sống cuộc sống bần hàn, tuy học vấn uyên thâm nhưng lại chẳng ai công nhận. Không chỉ bị dân làng coi thường mà đến cả người nhà cũng kêu ca ông là người vô tích sự. Cuối cùng, nhờ chính sự nỗ lực của mình mà Tô Tần đã làm thay đổi được cả mối quan hệ giữa nước Tần và Lục quốc, nổi tiếng khắp thiên hạ.



## “Vô dụng” cũng có thể làm hoàng đế - Lưu Bang

Ngày đó, Lưu Bang cá ngày rong chơi, ngay cả cha ông cũng cho rằng ông là kẻ bất tài vô dụng. Nhưng ông lại nổi lên trong cuộc khởi nghĩa của nông dân cuối thời Tần, dần dần trở thành lãnh tụ của nghĩa quân, cuối cùng đánh bại Hạng Vũ, lập nên vương triều Tây Hán. Có người nói ông là kẻ “vô dụng”, song điều ấy không có nghĩa là ông không thể thành công.



## Bài học quan trọng

*Đừng bao giờ tự coi thường bản thân, cho dù bạn chỉ là một người bé nhỏ, bình thường đi nữa, bạn vẫn có khả năng làm thay đổi thế giới. Thế nên, hãy biết trân trọng thực lực, đừng tiếc công sức để làm tốt mọi việc trong cuộc sống của mình.*

## Nguyên văn

*Không chút huênh hoang đón nhận tiền tài và danh vọng, đồng thời lại phải chuẩn bị để sẵn sàng từ bỏ bất cứ lúc nào.*

### LỜI VÀNG Ý NGỌC

Tiền tài và danh vọng chỉ là vật ngoài thân, không nên quá xem trọng

Quan điểm của Marcus Aurelius đối với tiền tài là vô cùng sáng suốt. Ông biết rằng khi có được tiền tài, ai cũng sẽ vui mừng sung sướng, thậm chí nhiều người còn tỏ rõ ra ngoài mặt niềm vui ấy, song tiền bạc không phải là thứ vĩnh hằng, giả sử không lâu sau bạn lại trở nên bần hèn, vậy thì sự huênh hoang giàu có ban đầu liệu còn có ý nghĩa gì?

Ngày nay quan điểm “sống khiêm nhường” dường như đã trở nên lỗi thời, nhiều người còn hoài nghi: “Sóng thế nào là chuyện của tôi, tôi thích thể hiện mình có khả năng thì cũng đâu liên quan gì đến người khác.” Đúng là nếu bạn thích thể hiện thì chẳng ai để tâm đến chuyện đó, nhưng làm vậy có thể sẽ khiến cho bạn rơi vào cảnh khó xử. Nhiều người khi có tiền, nhận thấy mình có nhiều bạn bè liền đắc chí tự mãn, nhưng rồi chẳng may khi họ gặp nạn thì mới nhận ra số người sẵn lòng đưa tay giúp đỡ quả thực ít đến đáng thương. Vậy, lợi ích của việc sống khiêm nhường là gì?

Lưu Bị thời Tam quốc chính là một ví dụ điển hình cho việc sống khiêm nhường. Tương truyền ông vốn là dòng dõi nhà Hán, nhưng phải mưu sinh bằng nghề đan giày cỏ, sau này khó khăn lắm mới có được quân đội của riêng mình. Theo lí mà nói thì Lưu Bị cũng là một người có dòng dõi cao quý, song ông vì cầu hiền tài mà ba lần đến lều tranh, không so bì thân phận và định vị, chấp nhận “uốn mình” để giành được sự kính phục của Gia Cát Lượng. Sau này, thế lực của Lưu Bị dần lớn mạnh, đủ để đối kháng với Tào Tháo. Tào Tháo từ khi đánh bại Mã Siêu thì huênh hoang tự đắc, nói năng hành xử không khói ngạo mạn. Nhầm cung cố thể lực của mình, Tào Tháo chuẩn bị đánh chiếm đất Tây Xuyên phía tây Trung Quốc. Ích Châu Biệt giá Trương Tùng nhận thấy thế lực lớn mạnh của Tào Tháo bèn định dâng bản đồ đất Tây Xuyên cho Tào Tháo. Nhưng Tào Tháo lại “kiêu căng”, không chỉ nói chuyện vô lí mà còn cố tình tránh mặt không gặp Trương Tùng mấy ngày liền, đã vậy còn định đem quân hỏi tội. Ngược lại với Tào Tháo, Lưu Bị đối xử với Trương Tùng hoàn toàn khác, không những đích thân ra nghênh đón mà còn đối đãi thịnh tình. Trương Tùng vô cùng cảm kích, bèn dâng bản đồ Tây Xuyên cho Lưu Bị, giúp Lưu Bị lập nên đất Thục.

Từ đó có thể thấy, việc thích thể hiện tuy rằng “rất mờ mày mờ mặt”, phần lớn là để thỏa mãn lòng hư vinh của bản thân, nhưng lại khiến cho người khác có ấn tượng xấu về một người kiêu ngạo, khó gần, gây nhiều vấn đề khúc mắc trong các mối quan hệ xã hội. Còn sống khiêm nhường sẽ khiến người khác cảm thấy bạn không những khiêm tốn, hòa nhã mà còn đáng để kết giao. Hầu hết những người thành công đều hiểu được cái lợi của việc khiêm nhường, vì thế họ không bao giờ huênh hoang rằng mình có bao nhiêu tiền của, cũng tuyệt đối không đắc mငm trong hư vinh. Người có trí tuệ không nhất định phải thể hiện mình hơn người một bậc, áy chính là trí tuệ trong việc làm người phải sống khiêm nhường.

Người khiêm nhường làm nên chuyện  
lớn

### **Chim ưng đứng như ngủ**



Dáng đứng của chim ưng trông tựa như đang ngủ say, nhưng đó lại chính là tuyệt chiêu mai phục của nó, khiến cho kẻ địch không cảm thấy nguy hiểm, sau đó mới lợi dụng thời cơ để ra đòn chí mạng.

### **Hổ đi tựa bệnh**

Hổ đi lại nhẹ nhàng, không chút tiếng động, nhưng dáng vẻ thì trông như bị bệnh. Tuy vậy, dáng vẻ khiêm nhường ấy đã biến không biết bao nhiêu con vật trở thành mồi ngon cho nó.



### **Ung Chính ăn nhẫn giữa triều đình**



Hoàng đế Khang Hi vốn đông con cháu, việc truyền ngôi luôn là chuyện đại sự, phần lớn các hoàng tử đều kéo bè kết phái, tranh đoạt ngôi vị vô cùng khốc liệt. Song Ung Chính lại không hề tham dự vào những chuyện đó, khiến Khang Hi có ấn tượng rằng ông là một người làm việc nghiêm túc, trung hậu hiền lương. Trong cuộc chiến tranh giành ngôi báu, Ung Chính đã trở thành Hoàng đế thứ năm của nhà Thanh, thắng lợi đó không thể không tính đến sự khiêm nhường của ông.



### **Danh vọng chỉ là hư vinh**

Marie Curie được vinh danh rất nhiều lần trong suốt cuộc đời, song bà không hề để tâm đến những danh vọng ấy. Ngày nọ, một người bạn đến nhà bà chơi, thấy con gái Curie đang ngồi nghịch tẩm huy chương vàng do Học viện Hoàng gia Anh mới

trao tặng cho bà, bèn nói: “Trời đất! Đó là vinh dự lớn biết bao, sao có thể tùy tiện cho trẻ con chơi được?” Marie Curie chỉ cười mà nói rằng: “Tôi muốn cho con hiểu rằng, danh vọng cũng giống như đồ chơi, không nên quá xem trọng, nếu không sẽ chẳng làm nên nghiệp gì.”



### Bài học quan trọng

*Con người ta nếu sống vì hư vinh thì sẽ chẳng thể nào có được sự tôn trọng của người khác. Phát triển sự nghiệp cũng vậy, người ham hư vinh sẽ gặp phải ngày càng nhiều khăn, còn người khiêm nhường sẽ ngày càng có nhiều người giúp đỡ.*

## Nguyên văn

*Dưa chuột đắng – vây thì vứt nó đi. Trên đường có gai nhọn – vây thì tránh nó ra. Thé là đủ. Đừng thêm ném, thắc mắc tại sao trên thế giới lại có thứ như vậy. Bởi bạn sẽ bị một người thông thạo về thế giới tự nhiên cười nhạo, cũng giống như bạn sẽ bị cười nhạo nếu ở giữa gian hàng của người thợ mộc và thợ làm giày mà lại có thái độ bồi móc khi phát hiện ra mảnh bào và da vụn vây. Nhưng ít nhất ở những nơi đó, họ vẫn có nơi để riêng những mảnh bào và da vụn ấy, còn vũ trụ thì không có nơi nào trống ngoài nó. Song điều kì diệu nhất là ở chỗ, tuy nó tự hạn chế bản thân nhưng lại tái tạo được những thứ mới giống hệt từ những thứ cũ, không cần đến bất cứ thực thể nào từ bên ngoài, cũng không cần nơi để phế thải. Vũ trụ tự thỏa mãn với không gian, vật chất và nghệ thuật của mình.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Có lúc từ bỏ là để có được nhiều hơn

Marcus Aurelius dựa vào kinh nghiệm sống của mình mà rút ra kết luận như sau: Con người ta luôn phải đối mặt với rất nhiều lựa chọn, Nhiều khi chúng ta phải dám từ bỏ thì mới đi được ngày càng xa hơn.

Trong thiên *Cáo Tự thương - sách Mạnh Tử* cũng đã tổng kết lại đạo lí nấm buông của cuộc đời. “Cá, ta cũng muốn; tay gấu, ta cũng muốn; nhưng hai thứ ấy không thể cùng có được, bỏ cá mới có được tay gấu. Sóng sót là điều ta muốn, nghĩa khí cũng là điều ta muốn, hai thứ không thể cùng có được, từ bỏ sóng sót mới có được nghĩa khí.” Giữa “cá” và “tay gấu”, giữa “sóng” và “nghĩa khí” đều tồn tại một loại mâu thuẫn. Có lúc bạn muốn ăn cá thì không thể không từ bỏ tay gấu, còn “sóng sót” và “nghĩa khí” thì lại càng là lựa chọn khó khăn hơn. Tuy ta không nhất định phải đối mặt với lựa chọn giữa sống và chết nhưng có lúc cũng sẽ phải phiền não vì sự lựa chọn.

Một thương nhân và một học giả cùng ngồi trên con thuyền, vị thương nhân mang theo một hòm tiền, còn vị học giả thì mang theo một hòm sách. Trên đường đi, thuyền gặp phái bão, người lái thuyền yêu cầu thương nhân và học giả mỗi người vứt bớt chút đồ đạc tùy thân, nhưng vị thương nhân nói: “Số tiền này đều là tự tay ta kiếm được, sao có thể vứt bỏ?” Vị học giả cũng nói: “Ta quyết không bao giờ vứt sách đi!” Người lái thuyền nghe vậy bèn nói với hai người rằng: “Nếu hôm nay thuyền chìm, số tiền ấy liệu có còn nghĩa lí gì? Hơn nữa tiền có thể kiếm lại được chứ sinh mạng thì không thể có lại được! Còn sách đúng là đáng quý, nhưng ông đọc nhiều sách vậy chẳng phải là vì học hỏi kiến thức hay sao? Nếu không thể sống được để lên đèn bờ thì đọc nhiều sách hơn nữa cũng vô dụng.” Vị thương nhân nghĩ một hồi rồi vứt hòm tiền đi, vị học giả cũng từ bỏ số sách quý của mình. Cuối cùng, tất cả họ đều đến nơi an toàn.

Biết từ bỏ là một triết lí nhân sinh, còn dám từ bỏ lại là một dạng quyết đoán để sinh tồn. Có khi từ bỏ là để sau này càng phát triển lớn mạnh hơn. Từ bỏ không có nghĩa là lùi bước, cũng không phải là thỏa hiệp mà là một dạng mưu lược nhìn xa trông rộng. Có lúc phải biết từ bỏ để có được nhiều hơn.

**Trong đời cần biết nấm lấy, nhưng lại  
càng cần biết buông tay**

Có một cậu thanh niên nọ tuy đã học được rất nhiều kiến thức nhưng vẫn không thỏa mãn, cậu muốn trở thành người có học vấn cao nhất trên thế giới. Song đã bao năm trôi đi mà cậu thấy vẫn chẳng có gì tiến bộ, bèn đi thỉnh giáo một vị đại sư. Đại sư nói: "Chúng ta hãy cùng leo núi nào!"



Trên đường có rất nhiều viên đá đẹp, chỉ cần nhìn thấy viên đá mình thích là vị đại sư liền bảo cậu thanh niên cho vào ba lô đeo sau lưng. Chẳng mấy chốc, cậu không vác nổi ba lô nữa, đành nói: "Đại sư, vác đống đá này, con không lên nổi đỉnh núi được." Đại sư mỉm cười: "Tại sao con không thử buông tay đặt xuống?"

Cậu thanh niên khi ấy trong đầu chỉ toàn là tham vọng, ước mơ của cậu dường như xa vời quá tầm tay, bởi trên đời này không có ai là "học giả uyên bác nhất".

Nếu cậu bỏ gánh nặng xuống thì sẽ hiểu được đạo lí nằm - buông, có thể lựa chọn tìm hiểu, nghiên cứu những thứ mình có hứng thú, trở thành chuyên gia trong lĩnh vực đó.

Trút bỏ gánh nặng

Giành được tiến bộ

### Bài học quan trọng

*Khả năng tiếp nhận kiến thức của một người là có hạn, không thể trở thành chuyên gia trong mọi lĩnh vực được, vì thế chúng ta sẽ phải đổi mới với rất nhiều lựa chọn. Chỉ có chọn lĩnh vực mình giỏi nhất, có hứng thú nhất thì mới có thể thành công, bởi thế mà giới này cần không phải là “toàn tài” mà là “nhân tài”.*

## Nguyên văn

*Hành động của bạn không được chậm chạp lè mè, lời nói của bạn không được thiếu lí lẽ, suy nghĩ của bạn không được lan man, đừng để tâm hồn bạn nảy sinh tranh chấp nội bộ và ánh hướng ra bên ngoài, cũng đừng để cuộc sống của mình quá bận rộn mà không có thời gian nghỉ ngơi.*

*Giả sử người khác giết chết bạn, cắt bạn ra thành nhiều mảnh và nguyên rùa bạn. Những chuyện ấy sao có thể ngăn bạn giữ được sự thuần khiết, sáng suốt, tinh táo và công bằng trong tâm hồn? Ví dụ, một người đứng bên dòng suối trong vắt nguyên rùa nó, dòng suối cũng đâu dừng việc tuôn trào những dòng nước ngọt lành; nếu người đó đổ bùn rác xuống suối thì dòng suối cũng sẽ nhanh chóng cuốn trôi, rửa sạch chúng chứ không để nước bị ô nhiễm. Vậy là người sở hữu một dòng suối vĩnh hằng chứ không chỉ là một cái giếng, bạn nên làm gì? Hãy tu dưỡng bản thân từng phút từng giờ để đạt đến sự tự do được kết thành bởi sự thỏa mãn, mẫu mực và khiêm tốn.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Hãy ngừng việc bận bịu không hiệu quả lại

Một vị hoàng đế trăm công nghìn việc, ham học hỏi lại bảo chúng ta đừng quá bận rộn, chẳng phải là tự mê thuẫn với mình sao? Thực ra, Marcus Aurelius không phải muôn chung ta lười nhác mà chỉ muôn nói với chúng ta rằng, dù bận đến đâu cũng phải dành thời gian suy nghĩ: Bận rộn như vậy liệu có ý nghĩa không?

Ngày nay, câu “Đạo này có bận không?” đã trở thành câu thăm hỏi cửa miệng của mọi người khi gặp nhau, mà câu trả lời của đa số mọi người là: “Bận!” Mọi người đều vì áp lực sinh tồn mà cả ngày bận rộn, chẳng những đi làm không hết việc mà về nhà cũng vẫn bận bịu. Tóm lại, điều có thể khiến họ ngừng chân chỉ là vì mệt mỏi và buồn ngủ mà thôi. Nếu có người hoài nghi về cách sống đó thì họ sẽ nói: “Chẳng lẽ thành công có được là nhờ chơi bời sao? Tôi bận bịu vậy là sai ư?” Bản thân bận bịu không hề sai, chỉ là bận bịu một cách không có mục đích và hiệu quả thì chẳng có nghĩa lí gì, nếu một người không hiểu được “thu giãn” thì khó có thể thành công được.

Có một du khách dạo chơi ở vườn hoa, phát hiện có hai vườn hoa hồng, vườn bên trái cỏ mọc um tùm, người làm vườn mệt đổ mồ hôi, còn vườn bên phải thì hoa hồng đang nở rộ đẹp vô cùng, người làm vườn đang ngồi nghỉ. Người du khách rất hiếu kì, bèn hỏi người làm vườn đang nghỉ ngồi có bí quyết gì để trồng hoa. Người làm vườn cười đáp: “Trước kia tôi cũng như anh ta, lúc nào cũng muốn nhổ hết đám cỏ dại, nhưng cỏ dại nhiều quá, không sao nhổ hết được, sau đó tôi phát hiện ra rằng, chỉ cần chuyên tâm trồng hoa hồng thật tốt thì cỏ dại tự nhiên sẽ không còn chỗ sinh tồn nữa.”

Cuộc sống của chúng ta cũng giống như vườn hoa vậy, nếu chỉ chăm chăm nhỏ có thì dù mệt cũng khó có được thu hoạch, còn nếu chuyên tâm trồng cây tương lai thì cuộc sống sẽ có sự thay đổi rõ rệt. Vì cuộc sống, ta khó tránh khỏi bận rộn, nhưng khi bận rộn, hãy thử hỏi mình: Bận bịu thế này có hiệu quả không? Bận bịu mang lại cho ta ích lợi gì?

Việc không thể vì “BẬN” mà bỏ lỡ



### Ăn sáng

Bữa sáng là bữa ăn quan trọng nhất trong ngày, không những cung cấp dinh dưỡng mà còn giúp chúng ta giữ được tinh thần sáng khoái. Không ăn sáng mà đi làm thì hiệu quả làm việc sẽ bị giảm sút.



### Tinh thần 5 phút

Đến công sở, trước khi mở máy tính, hãy ngồi xuống suy nghĩ một lượt những việc phải làm hôm nay, sau đó ghi lại những chuyện dễ quên và dán vào chỗ dễ thấy.



### Suy nghĩ 5 phút

Trước khi bắt đầu làm việc buổi chiều, hãy ngồi tĩnh tâm 5 phút, tổng kết lại những việc đã làm buổi sáng, sau đó sắp xếp lại trình tự làm việc buổi chiều. Có vậy mới không mắc lỗi khi bận rộn.



### Nghỉ trưa 20 phút

Nhiều người không có thói quen nghỉ trưa, nhưng bớt chút thời gian để nhắm mắt dưỡng thần có thể giúp bạn giải tỏa mệt mỏi, tiếp thêm sinh lực. Khi làm việc buổi chiều sẽ không còn cảm thấy mệt mỏi nữa.



### Nghỉ ngơi khi về nhà

Có lúc làm không hết việc, bắt buộc phải đem về nhà, nhưng khi ở nhà phải biết nghỉ ngơi hợp lí. Hãy ngừng tay để uống tách cà phê hay xem chút ti vi, làm vậy đều có tác dụng giải tỏa căng thẳng, giúp làm việc hiệu quả hơn.



### Đọc sách trước khi đi ngủ

Đừng bao giờ vừa làm việc xong liền lăn ra ngủ ngay, bởi thần kinh lúc ấy vẫn đang căng thẳng, chưa được thư giãn. Đọc sách trước khi đi ngủ chẳng những có thể giúp giải tỏa căng thẳng mà còn tăng thêm kiến thức.



### Bài học quan trọng

*Nhiều người thành công trong cuộc sống, bên cạnh làm việc chăm chỉ còn tìm đủ mọi cách để thư giãn. Làm vậy không có nghĩa là trốn việc hay lười nhác mà là để giải tỏa căng thẳng, khôi phục thể lực và trí lực, chuẩn bị cho công việc tiếp theo.*

## Nguyên văn

Bạn có hi vọng nhận được lời khen ngợi từ một người mà cứ mỗi giờ lại tự trách mình đến ba lần không? Bạn có hi vọng có được cảm giác vui vẻ nhờ một người không thấy vui với chính bản thân mình không? Một người hối hận về hầu hết những việc mình đã làm thì liệu có thấy vui về bản thân không?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Nếu không có tự tin thì đừng mong người khác tán đồng với bạn

Nếu một người luôn tự trách mình lại bỗng nhiên quay ra khen ngợi bạn, bạn sẽ cảm thấy thế nào? Marcus Aurelius cảm thấy rất không thoải mái trước điều đó, bởi lời khen của người không có lòng tin đối với bản thân thì dù có nghe cũng vô nghĩa. Tự tin vào bản thân không có nghĩa là kiêu căng tự cao tự đại mà là cần có tinh thần cầu tiến và thái độ sống đúng đắn. Sức mạnh của sự tự tin là gì? Hãy đọc xong câu chuyện dưới đây rồi bạn sẽ hiểu.

Seiji Ozawa là nhạc trưởng nổi tiếng của Nhật Bản, nhờ tài năng xuất chúng mà có ảnh hưởng rất lớn trên thế giới. Có lần, ông đến châu Âu tham dự cuộc thi chỉ huy dàn nhạc. Vào vòng chung kết, ông là người cuối cùng biểu diễn. Ban giám khảo đưa cho ông một bản nhạc, ông bèn say sưa chỉ huy dàn nhạc. Trong quá trình chỉ huy, ông phát hiện thấy trong bản nhạc có một điểm rất kì lạ. Tưởng rằng mình mắc lỗi, ông bèn yêu cầu dàn nhạc dừng lại và biểu diễn lại từ đầu. Nhưng rồi ông vẫn thấy không đúng nên nghi ngờ liệu có phải bản nhạc có vấn đề. Song những vị giám khảo ở đó lại một mực cho rằng bản nhạc hoàn toàn bình thường. Thấy ban giám khảo đều là những người có tầm ảnh hưởng lớn trong làng âm nhạc thế giới, Seiji Ozawa có chút dao động, nhưng sau khi suy nghĩ, ông vẫn kiên trì quan điểm của mình, ông dõng dạc nói: "Bản nhạc này bị sai!" Ông vừa dứt lời thì ban giám khảo đều lùn lượt đứng dậy vỗ tay, chúc mừng ông giành được ngôi vị quán quân. Hóa ra, đúng là bản nhạc bị lỗi, nhưng đó lại chính là đề thi. Trong ba người vào đến vòng chung kết, chỉ có Seiji Ozawa là phát hiện ra lỗi sai ấy và kiên trì giữ vững quan điểm của mình, nhờ thế mà giành được giải quán quân. Hãy thử nghĩ xem, nếu ông thay đổi quan điểm của mình khi đối diện với những người có tầm ảnh hưởng lớn trong nghề thì chắc chắn thành công sẽ vượt khỏi tầm tay. Đó chính là sức mạnh của sự tự tin, có thể giúp bạn giành được thành quả ngoài sức tưởng tượng.

Dù rất nhiều người đều biết ích lợi của sự tự tin nhưng lại vẫn tự ti, bởi trong mắt họ, ưu điểm của bản thân không có gì nổi bật. Không nổi trội trong số bạn bè, không xuất sắc trong số đồng nghiệp, vậy thì còn có gì để tự tin? Nhiều khi chúng ta thường mắc một sai lầm là đem so sánh nhược điểm của mình với ưu điểm của người khác, cứ như vậy, có so sánh thế nào cũng không có được sự tự tin cần có. Do đó, chúng ta phải biết cách tìm ra ưu điểm của mình và tin rằng đó là điều mà ông Trời ban tặng cho ta. Khi cánh cửa chính bị đóng lại, chắc chắn là để mở một cửa sổ cho bạn.

## Vẻ đẹp của sự tự tin

Có cô bé nọ rất phiền muộn vì mình không xinh đẹp, không bằng người khác, nói chuyện với mọi người cũng chẳng bao giờ dám nói to. Vì thế mà cô bé quyết định đi mua một bộ

tóc giả để khiến mình trông xinh đẹp hơn. Cô bé đội tóc giả lên, người bán hàng khen: “Em xinh quá!” Thế là cô bé vui vẻ ra về.



Sau khi có được tự tin, không những làm việc có động lực và hiệu quả hơn mà trạng thái tinh thần cũng có thay đổi rõ rệt, cuộc sống có thêm không ít niềm vui.

Đến trường, cô bé rạng rỡ chào hỏi các bạn, bạn bè và thầy cô đều khen hôm nay cô bé thật xinh. Nhưng khi về đến nhà, cô bé mới phát hiện ra bộ tóc giả trên đầu đã không còn, hóa ra khi trả tiền, cô bé đã tiện tay gỡ tóc giả xuống cho vào túi mà quên mất.



Cảm thấy tự ti vì điểm yếu của mình là tâm lí thường gấp. Càng tự ti thì lại càng không có động lực làm việc, tinh thần và diện mạo cũng không được tốt.



### Bài học quan trọng

*Muốn có được tự tin, ngoài việc được người khác công nhận, còn phải tự phát hiện ra ưu điểm của mình. Đừng bao giờ đem tự tin gửi gắm hết ở những lời đánh giá, nhận xét của người khác, nếu bạn không có lòng tin vào chính mình thì đừng mong đợi người khác sẽ coi trọng và tôn trọng bạn.*

## Nguyên văn

Ánh mặt trời trông có vẻ chiếu rọi khắp mặt đất, mà quả thực là nó chiếu rọi khắp mọi nơi, nhưng nó không tràn đầy. Bởi sự phân bố ánh sáng đó là dàn trải, tia sáng của nó cũng dàn trải, chúng bị dàn trải. Nếu một người quan sát ánh mặt trời chiếu qua khe lọt vào căn phòng tối, anh ta sẽ có thể phán đoán ra tia sáng đó là gì, bởi nó chiếu thẳng, khi gặp phải bất cứ vật có định nào chắn đường và chia cắt không khí, nó sẽ bị phân cách, nhưng ánh sáng vẫn giữ ổn định ở đó, không hề bị dao động hay thu nhỏ. Khả năng lí giải cũng nên chiếu rọi và phân bố như vậy, nó không nên tràn đầy mà nên là dàn trải, nó không nên gây ra xung đột gay gắt khi gặp phải chướng ngại vật, đồng thời cũng không nên thu mình mà phải chiếu sáng ổn định lên những thứ đón nhận nó. Vì nếu một vật thể không đón nhận nó thì sẽ không có được ánh sáng.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Bất kể hoàn cảnh thay đổi thế nào, người có thể thích nghi được mới chính là kẻ mạnh

Thông qua quan sát ánh mặt trời, Marcus Aurelius phát hiện ra đặc tính của nó, chính là cho dù bị vật thể nào đó chắn đường thì nó vẫn giữ nguyên đặc tính của mình. Từ đó liên hệ đến cuộc sống hiện thực, giả sử chúng ta cũng gặp phải hoàn cảnh không như ý giống ánh mặt trời, thì liệu ta có nhanh chóng thích nghi được như vậy không?

Từ góc độ sinh học, khả năng thích nghi vô cùng quan trọng. Ngay từ khi các sinh vật mới ra đời đã phải học cách thích nghi với môi trường. Ví dụ như một con hươu vì sinh tồn mà buộc phải học cách tìm kiếm thức ăn từ môi trường xung quanh, đồng thời phải dựa vào khả năng của mình để tránh sự truy bắt của những kẻ ăn thịt. Nếu không thích nghi được với môi trường thì rất có thể sẽ bị đào thải. Xã hội mà con người sinh sống cũng giống như môi trường tự nhiên, cũng tuân theo quy tắc “Chỉ có kẻ thích nghi mới tồn tại được”. Có câu chuyện kể rằng: Hai người cùng vào chơi trong rừng sâu, bỗng một con hổ từ đâu xuất hiện, một người nói: “Thôi chết rồi, chúng ta chạy đâu cho thoát!” Người kia lại nói: “Không sao đâu, chỉ cần tôi chạy nhanh hơn anh một chút là được.” Quả vậy, có những lúc chỉ cần nhanh hơn người khác một chút là bạn có thể thành công.

Người dẫn chương trình nổi tiếng của Trung Quốc - Lư Khưu Lộ Vi thời đại học là sinh viên giỏi của khoa Triết học trường đại học Phúc Đán, nhưng lúc này, tiềm năng triển của sinh viên khoa Triết lại rất hạn hẹp. Vì thế mà sau khi đến Thâm Quyến, bà liền bắt đầu làm nghề kế toán. Sau này, có cơ hội đến Hồng Kông, bà lại bắt đầu biên tập tin tức buổi tối cho đài truyền hình, sau đó làm chương trình Thời sự ở đài truyền hình Phượng Hoàng. Thời bấy giờ, đài truyền hình Phượng Hoàng rất ít phóng viên, Lư Khưu Lộ Vi lại không biết tiếng Quảng. Nhưng nhờ chịu khó học hỏi mà bà đã nhanh chóng thuộc ngôn ngữ này, trở thành phóng viên nói tiếng toàn quốc trong thời gian rất ngắn. Bạn thử nghĩ xem, cả Trung Quốc có biết bao nhiêu là phóng viên, mỗi năm lại có thêm biết bao nhiêu sinh viên mới ra trường vào nghề cạnh tranh, tại sao Lư Khưu Lộ Vi lại có thể nổi lên được trong giới như vậy? Đó là bởi vì bà có khả năng thích nghi với môi trường rất mạnh, cho dù đi đâu cũng có thể nhanh chóng điều chỉnh trạng thái của mình. Giả sử việc học hành hay sự nghiệp của chúng ta có biến cố thì cũng hãy cố gắng nâng cao khả năng thích nghi của mình, học cách bình tĩnh, suy nghĩ kỹ trước khi làm bất cứ việc gì.

Làm thế nào để nâng cao khả năng

## thích nghi với môi trường xã hội

### Tiếp xúc nhiều với môi trường

Người sơ tiếp xúc với môi trường xã hội, trước tiên phải phá vỡ được chướng ngại tâm lí và chủ động tiếp xúc với xã hội. Ví dụ, tích cực tham gia các hoạt động xã hội, đi gặp gỡ bạn bè... Theo nghiên cứu khoa học, người có khuynh hướng tự khép kín có thể cải thiện cảm xúc chán ghét và lo lắng, đồng thời nâng cao khả năng xã giao nhờ việc tích cực giao tiếp với bạn bè.

VỐN DĨ TÂM TRẠNG  
MINH KHÔNG ĐƯỢC  
TỐT, NHUNG HỘM  
QUA ĐI CHƠI VỚI CÁC  
BẠN NÊN THẤY TỐT  
HƠN NHIỀU RỒI!

ĐÚNG THẾ, CẬU CÒN  
TÂM SỰ ĐƯỢC VỚI  
MỌI NGƯỜI NGUYÊN  
NHÂN DẪN ĐẾN BUỒN  
BỨC VÀ TÌM RA CÁCH  
GIẢI QUYẾT CƠ MÀI!

### Học cách tự điều chỉnh mình

Trong quá trình tiếp xúc với môi trường xã hội, chắc chắn sẽ gặp phải rất nhiều tình huống khiến ta thấy mâu thuẫn. Khi đó, khả năng thay đổi môi trường là rất khó, vì vậy chỉ có thể điều chỉnh bản thân mình mà thôi. Có gắng khiến cho tình thế phát triển theo hướng có lợi cho mình, ví dụ như tăng thêm thời gian học tập, tiếp xúc nhiều hơn với những người đã giúp đỡ mình... Làm vậy có thể giúp chúng ta thoát khỏi tình cảnh bất lợi.

THỰC RA CHỈ CẦN CHẨN  
BỊ KĨ HƠN LÀ ĐƯỢC ẤY  
MÀ, VỐI LẠI NẾU THI  
KHÔNG QUA THÌ HỌC LẠI,  
ĐÙNG LO LẮNG QUÁ!

KÌ THI LẦN NÀY ĐƯỢC  
TỔ CHỨC NHIỀM  
LẦM, CHẲNG BIẾT  
MINH CÓ QUÀ ĐƯỢC  
KHÔNG!



### Biết tìm sự giúp đỡ

Những người có tính cách cô lập có một đặc điểm chung, đó là khi gặp khó khăn thường không muốn tìm kiếm sự giúp đỡ của người khác. Năng lực của một người là có hạn, muốn thoát khỏi tình cảnh khó khăn thì phải được người khác hỗ trợ. Do đó, lúc bình thường ta nên bồi dưỡng các mối quan hệ xã hội, tham gia nhiều các hoạt động giao tế. Tình bạn là sự tương hỗ, không cho đi thì khó có thể nhận lại được?

### Bài học quan trọng

*Nâng cao khả năng thích nghi không phải chuyện có thể làm được trong một thời gian ngắn, nếu chúng ta thiếu năng lực ở phương diện này thì cần có ý thức rèn luyện, bồi dưỡng cho mình. Học theo những người biết cách đổi nhân xử thế cũng là một cách hay.*

ÔI, LẦN NÀY MAY  
NHỎ CÓ SỰ GIÚP  
ĐỠ CỦA CẬU NÊN  
MỚI XONG ĐƯỢC  
VIỆC!

KHÁCH SÁO THẾ  
LÀM GÌ! LẦN TRƯỚC  
CHẲNG PHẢI CẬU  
CŨNG RA TAY GIÚP  
TỐ ĐÓ SAO? ĐÂY LÀ  
VIỆC TỔ NÊN LÀM MÀ!



## PHẦN 9 > CHÚ TRỌNG TU DƯỠNG BẢN THÂN

Sự tu dưỡng của một người không chỉ là việc theo đuổi thành công trong sự nghiệp mà còn phải chú ý đến quan điểm về vạn sự vạn vật, cũng như thái độ với mọi người xung quanh. Sức hấp dẫn nhân cách không chỉ được hợp thành đơn nhất mà là sự kết hợp của rất nhiều tố chất.

- Nhận thức đúng đắn về cái chết
- Ác giả ác báo
- Biết kiềm chế bản thân
- Đối mặt với công việc bằng thái độ tích cực
- Gần đèn thì rạng
- Ngừng việc phí công vô ích
- Đừng mất bò mới lo làm chuồng



### 1 NHẬN THỨC ĐÚNG ĐẮN VỀ CÁI CHẾT

#### Nguyên văn

Đừng miệt thị cái chết mà hãy thỏa mãn với nó, bởi đó là chuyện thường tình, thuận theo lẽ tự nhiên. Cũng giống như trẻ rồi già đi, non nớt rồi trưởng thành, mọc răng, mọc râu, có tóc bạc, có thai, sinh con và nuôi dưỡng chúng, hay bắt cứ hoạt động tự nhiên nào mà mỗi thời điểm trong cuộc đời bạn mang đến cũng đều là vậy, phân rã, tiêu vong cũng không phải là ngoại lệ. Vậy thì, điều này hoàn toàn thống nhất với một người hay suy ngẫm; đừng đối xử một cách tùy tiện hay mất kiên nhẫn với cái chết, mà phải yên lặng chờ đợi nó như một hoạt động tự nhiên. Cũng giống như bạn giờ đang chờ đứa con sinh ra từ tử cung của vợ mình, hãy chuẩn bị cho giờ khắc linh hồn mình thoát khỏi cơ thể. Nếu bạn cũng đòi hỏi phải có một sự an ủi thường tình chạm đến tâm hồn thì bạn cần thông qua việc quan sát vật thế mà bạn sẽ chia tay với nó, quan sát đạo đức của những người mà linh hồn bạn sắp không

còn ở cùng nũa, bạn sẽ trở thành người biết thuận theo cái chết.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Chết đi cũng giống nhu sinh ra, đều là một phần của sinh mệnh

Đối với rất nhiều người, bàn luận về cái chết là một điều cảm kinh; tuy vậy, dù là ai thì cũng không thể tránh được vấn đề này. Marcus Aurelius qua suy ngẫm, tìm tòi đã ngộ ra được ý nghĩa của cái chết, ông khuyên chúng ta phải bình tâm trước hiện tượng tự nhiên này, đừng sợ hãi, đừng dùng quá khinh suất.

Có một hòa thượng đã 100 tuổi nhưng cơ thể vẫn còn rất khỏe mạnh, không những thị lực và thính lực còn hoàn hảo mà rặng cũng chưa rụng cái nào, cả ngày tinh thần minh mẫn, sảng khoái. Có nhà nghiên cứu về sinh mệnh nghe tiếng liền tìm đến thăm, muốn thỉnh giáo vị hòa thượng ấy bí quyết trường thọ. Hòa thượng biết mục đích của anh ta thì nói: “Tôi thực sự chẳng có bí quyết gì, tôi cũng không hiểu tại sao mình lại sống thọ cả.” Nhà nghiên cứu đành tay không trở về, nhưng anh ta vẫn không cam tâm, mấy năm sau lại đến thăm. Lần này, hòa thượng nói: “Lần trước, sau khi anh đến, tôi đã suy nghĩ rất nhiều, cuối cùng cũng biết được nguyên nhân tại sao mình sống thọ, nhưng tiếc là thiên cơ bất khả lộ.” Nhà nghiên cứu nói: “Tôi đến thỉnh giáo cụ bí quyết trường thọ không phải là vì bản thân tôi mà vì cả loài người.” Vị hòa thượng nghĩ ngợi một hồi rồi nói: “Thực ra từ khi 60 tuổi, ta đã luôn ngóng chờ ngày viên tịch, bởi viên tịch là cảnh giới cao nhất của Phật giáo, chỉ tiếc là ta tu chua đến, chẳng có cách nào thực hiện mong ước ấy, vì vậy bí quyết trường thọ mà anh hỏi có lẽ chính là thế!” Nghe xong, nhà nghiên cứu mới bừng tỉnh ngộ. Hóa ra, vị tu hành ấy sớm đã coi nhẹ cái chết, vứt bỏ gánh nặng của sinh mệnh, dùng thái độ bình thản đối đãi với đời, thế nên mới có thể trường thọ.

Từ đó có thể thấy, trường thọ không phải là kỉ tích, chỉ cần thả lỏng tâm thái, coi cái chết là lẽ tự nhiên thì chẳng có gì đáng để lo lắng cả. Có những chuyện càng xem trọng thì lại càng gấp nhiều khúc mắc, khi ấy, hãy thử để lòng mình thư giãn, biết đâu cơ hội lại đến với ta.

Những quan điểm về cái chết

## Cuộc đời con người

Sự bắt đầu của sinh mệnh

Sự bắt đầu của sinh mệnh cũng giống như một điểm xuất phát, cũng tràn đầy sức sống như mùa xuân, khiến cho người ta mừng vui.



Sự trưởng thành của sinh mệnh

Sinh mệnh đang trưởng thành, đạt được đỉnh cao của sinh mệnh khi còn trẻ khỏe, ấy chính là khoảng thời gian sinh lực dồi dào nhất.



Sự tiêu tan của sinh mệnh

Không ai có thể chống lại tuổi già, cũng không ai tránh được chặng cuối của sinh mệnh, người nào rời cõi phải đối mặt với cái chết.



Nhin rộng ra, khi gặp chuyện không nên hoảng loạn, chỉ có bình tĩnh đổi mặt thì mới có thể nhanh chóng tìm ra cách giải quyết vấn đề.



Sinh mệnh đi đến chặng cuối là chuyện rất tự nhiên, không ai có thể tránh được, nếu đã vậy, hãy thử bình thản đổi mặt, bước vào tuổi già với tâm thế bình tĩnh, không lo sợ.

Viên tịch

"Viên tịch" là từ dùng trong Phật giáo, có thể dịch là "Ban niết bàn" hay "Niết bàn", có nghĩa là công đức viên mãn. Theo Phật giáo, đây là điểm kết thúc mà cũng là điểm khởi đầu.

### Bài học quan trọng

Có những chuyện nếu không thể tránh được thì phải cõi hết sức thoát khỏi sự lo âu và căng thẳng, chỉ có giữ bình tĩnh mới có thể nhanh chóng vượt qua hoạn nạn.

## Nguyên văn

Kẻ ác chính là đang làm điều ác với chính mình. Kẻ làm chuyện bất nghĩa không bao lâu cũng sẽ làm chuyện đó với mình, bởi anh ta đang làm cho mình trở nên xấu xa.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Kẻ ác thực ra cũng đang làm chuyện bất nghĩa với chính mình

Từ cổ chí kim, có thiện tất có ác, thiện ác vốn là tiêu điểm mà bấy lâu nay mọi người bàn luận. Nhiều người lí giải cái “Ác” chỉ trên phương diện thái độ và hành vi đối với người khác, nhưng Marcus Aurelius lại chỉ ra rằng: Kẻ ác làm việc ác thực ra là đang bất nghĩa với chính mình, cuối cùng cũng sẽ làm hại mình mà thôi. Có câu “Ác giả ác báo” chính là nói về đạo lí này.

Thời Xuân Thu, sau khi Chu Bình Vương dời đô về Lạc Dương, Trịnh Vũ Công dời đô về đất Tân Trịnh, thế lực nước Trịnh ngày một mạnh lên. Chẳng bao lâu sau, phu nhân của Trịnh Vũ Công là Vũ Khương sinh hạ một cậu con trai, do sinh khó nên đặt tên là Ngu Sinh. Vũ Khương không hề thích đứa con này. Mấy năm sau, Vũ Khương lại sinh hạ một người con nữa, đặt tên là Thúc Đoan, hết mực yêu chiều Đoan.

Hai người con dàn lốn khôn, Vũ Khương càng ngày càng thiên vị Thúc Đoan, thường ở trước mặt Trịnh Vũ Công khen Thúc Đoan vô cùng tài giỏi, đòi lập Thúc Đoan làm Thế tử. Song Trịnh Vũ Công cho rằng Ngu Sinh không làm gì sai nên vẫn kiên quyết lập làm Thế tử. Mấy năm sau, Ngu Sinh kế vị khi mới 13 tuổi, sứ sách tôn ông là Trịnh Trang Công.

Vũ Khương bát mãn với Ngu Sinh, một lòng muốn giành quyền lực cho Thúc Đoan, bèn đòi Trịnh Trang Công phong áp Chế cho Đoan nhưng bị Trịnh Trang Công từ chối. Sau đó, Vũ Khương lại đòi phong cho Đoan đất Kinh, Trịnh Trang Công đành chấp thuận. Thúc Đoan vừa đến đất Kinh bèn tự xưng là Thái thúc Kinh thành, bắt đầu chiêu binh mãi mã, mưu đồ tạo phản. Trịnh Trang Công nhanh chóng biết được chuyện này, song ông lại khoan dung nói rằng: “Thái thúc là em trai ta, anh em với nhau không nên nghi kị.” Nhiều vị đại thần đều cho rằng nếu dung túng cho Thúc Đoan thì hậu quả khôn lường, Công tử Lữ can ngăn: “Nếu Thúc Đoan cùng Vũ Khương hợp mưu làm phản, đợi khi chúng đã đầy đủ vây cánh mới hành động thì e là khi ấy không dễ đối phó.” Trịnh Trang Công lại nói: “Không cần để ý đến Thái thúc, ác giả ác báo, đợi khi Thái thúc khởi binh làm loạn, ta mới đối phó lại, khi ấy liệu hắn còn gì chối cãi!”

Trịnh Trang Công là người trung hậu, rất được lòng người, do đó mà binh sĩ đều một lòng một dạ nghe theo. Còn Thái thúc khi khởi binh mới phát hiện ra binh sĩ của mình đã bỏ chạy hơn nửa, kế hoạch cũng đã bại lộ, nhanh chóng bị Trịnh Trang Công đánh bại, cuối cùng phải rút guom tự sát. Ráp tâm sát hại huynh trưởng, mưu đồ tiếm quyền đoạt vị, Thúc Đoan chính là ví dụ điển hình của “ác giả ác báo”, kẻ rắp tâm mưu tính làm sao để hại người chỉ có kết cục là tự hại mình.

Hại người rất cuộc hại mình

Tôn Tẫn và Bàng Quyên cùng bái Quý Cốc Tử làm sư phụ, hai người đều học hành tài

giỏi. Nhưng Bàng Quyên luôn đố kị với tài năng của Tôn Tẫn, tuy sau này đến nước Ngụy và được Ngụy Vương trọng dụng phong làm đại tướng, song Bàng Quyên vẫn một lòng muốn diệt trừ Tôn Tẫn.



Không lâu sau, Bàng Quyên lừa Tôn Tẫn từ nước Tề sang nước Ngụy, lại ở trước mặt Ngụy Huệ Vương vu cho Tôn Tẫn tư thông với nước Tề. Ngụy Huệ Vương vô cùng tức giận, quyết định trị tội Tôn Tẫn, chém những thích chửi lên mặt Tôn Tẫn mà còn chặt hai chân ông.



Tôn Tẫn nhịn nhục chịu đau, cuối cùng cũng về được nước Tề, dựa vào chính sức mình trở thành quân sư. Có một lần, Bàng Quyên dẫn quân bao vây kinh đô nước Việt, Tôn Tẫn dùng mưu để phái quân đánh thẳng vào kinh đô nước Ngụy. Bàng Quyên vội rút quân về, cuối cùng bị quân Tề đánh bại.



Năm 342 TCN, Ngụy đánh Hàn, nước Hàn quay sang Tề cầu cứu. Tề Tuyê Công phái Diền Kì, Tôn Tẫn dẫn binh cứu Hàn. Lần này Bàng Quyên đích thân ứng chiến, quyết đấu với quân Tề, nhưng lại bị trúng kế của Tôn Tẫn, cuối cùng thua mà tự sát.

### Bài học quan trọng

Một người vì hại người mà tạm thời giành chiến thắng thì cho dù có vinh hiển đến đâu sớm muộn gì cũng sẽ khiến mình rơi vào cảnh khốn cùng. Những chuyện như vậy xưa nay không hiếm, hãy nhìn gương họ và tự nhắc mình.



## Nguyên văn

Xua tan tưởng tượng, kiềm chế dục vọng, từ bỏ thói xấu, giữ khả năng chi phối trong phạm vi khả năng của chính nó.

### LỜI VÀNG Ý NGỌC

Khả năng tự kiềm chế là yếu tố quan trọng quyết định thành bại

Thế nào gọi là khả năng tự kiềm chế? Nói đơn giản thì đó là khả năng kiềm chế bản thân. Thế giới này có quá nhiều cám dỗ, vậy chúng ta phải làm thế nào để có thể chống lại những cám dỗ và kiềm chế được dục vọng? Marcus Aurelius cho rằng “Xua tan tưởng tượng” cũng chính là phải xóa đi những suy nghĩ không lành mạnh.

Khả năng tự kiềm chế có thể nói là một loại năng lực mà tất cả các loài động vật đều sở hữu. Có một chuyên gia sinh vật học, để nghiên cứu sâu hơn về loài cáo, ông bèn vào rừng sâu để quan sát nhất cử nhất động của đối tượng nghiên cứu một cách thuận tiện hơn. Không lâu sau, có một con cáo đói đã thu hút sự chú ý của vị chuyên gia. Nó thường nấp bên bờ suối và bắt những con vịt bơi ngang qua. Đến mùa đông, trời trở lạnh, thời tiết vô cùng khắc nghiệt, ánh hưởng rất lớn đến việc săn bắt, tính cảnh giác của lũ vịt tăng cao, vì thế việc săn bắt chúng cũng khó hơn trước rất nhiều. Có lúc, con cáo nằm rình mồi mà vẫn không bắt gặp con vịt nào, hoặc có con vịt thì lại rất cảnh giác, thấy động là bơi đi ngay, khiến cho cáo vô hụt. Con cáo chỉ dành liếm liếm mép, tiếp tục nằm rình mồi, chờ cho đến khi có một con vịt sơ sánh lọt vào tầm ngắm. Qua thống kê, chuyên gia phát hiện ra, thời gian nằm rình mồi lâu nhất của cáo đói là ba ngày, trong khoảng thời gian dài đằng đẵng ấy, nó hầu như giữ nguyên một tư thế rình mồi. Có thể thấy, lòng kiên nhẫn và khả năng tự kiềm chế của nó mạnh đến mức nào.

Có người nói: “Thế có gì là lạ, đây là bản năng của cáo, nó mà không có khả năng tự kiềm chế thì chỉ còn nước chết đói.” Đúng vậy, vì muốn no bụng mà cáo bắt buộc phải có khả năng tự kiềm chế cực kì mạnh, nếu động vật còn có thể làm được điều đó thì con người chúng ta sao lại không thể? Các nhà nghiên cứu xã hội học qua điều tra đã phát hiện ra rằng, người cai thuốc lá thành công thường có khả năng tự kiềm chế rất mạnh, điều đó không chỉ thể hiện qua việc chống lại sự cám dỗ của thuốc lá mà còn ở việc xử lý các vấn đề trong cuộc sống, họ cũng đều có ý chí rất kiên cường. Vì vậy, trong số họ, những người thành công trong sự nghiệp chiếm phần đông, điều đó chứng tỏ khả năng tự kiềm chế quan trọng với chúng ta như thế nào.

Người có khả năng tự kiềm chế mạnh thường có ý chí rất kiên cường, không những làm việc có kế hoạch, quy củ mà khi đối mặt với khó khăn cũng thể hiện nghị lực hơn người. Nếu chúng ta thấy khả năng tự kiềm chế của mình còn yếu kém thì cũng đừng vì thế mà phiền muộn, bởi qua rèn luyện, khả năng ấy có thể được tăng lên. Trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta phải có ý thức chống lại những cám dỗ, khắc chế dục vọng, có vậy mới có thể trở thành người biết tự kiểm soát bản thân, tiến gần hơn tới thành công.

Làm thế nào để tăng khả năng tự kiềm  
chế

## Chuyen sự chú ý

Nếu gặp phải chuyện mình khó lòng kiềm chế được thì hãy thử chuyển sự chú ý. Ví dụ, khi muốn tranh cãi với người khác, hãy thử nghĩ đến những chuyện vui vẻ trước kia.



## Tự nhắc nhở trong lòng

Khi phát hiện ra mình không thể kiểm soát được chuyện gì đó, hãy thử tự nhủ: "Mình có thể làm được, nhất định có thể làm được!" Cứ như vậy, lâu dần sẽ khiến khả năng tự kiềm chế tăng lên.



## Phương pháp “bù đắp”

Những lúc cảm thấy muôn "bùng nổ", chúng ta hãy thử chuyển súc mạnh mà cơn giận dữ sinh ra sang phương diện khác như học tập hay công việc, làm vậy có thể giúp giải tỏa tâm lí một cách hiệu quả.



## Giải tỏa một cách hợp lí

Khi gặp phải chuyện không như ý, cảm thấy bức bối, hãy thử phát tiết ra ngoài một cách hợp lí để giải tỏa áp lực tâm lí.



### **Tự kiềm chế bản thân cũng chính là chiến thắng chính mình**

Người đầu tiên chinh phục thành công đỉnh Everest là Edmund Hillary, người New Zealand. Khi được hỏi làm thế nào để có thể chinh phục được “Nóc nhà thế giới”, ông trả lời: “Thứ mà tôi chinh phục được không phải là một ngọn núi mà là chính bản thân mình.”

#### **Bài học quan trọng**

*Thực ra, máu chót để nâng cao khả năng tự kiềm chế là ở chỗ ngày ngày đốc thúc bản thân làm một chuyện gì đó mình không thích, như vậy sẽ không thấy buồn khổ vì phải làm những việc cần làm, đó cũng là cách để rèn cho mình thói quen biết tuân thủ theo quy chuẩn.*

## Nguyên văn

*Đừng bao giờ làm việc như một người bị cưỡng ép, hay như một kẻ đáng thương hại hoặc phải chịu tổn thương, mà phải bắt ý chí của mình chuyên tâm vào đó, giống như lí tính xã hội yêu cầu, khiến bạn hoạt động và ché ngự bản thân.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Tất cả mọi thành công đều bắt nguồn từ thái độ tích cực

Marcus Aurelius nói với chúng ta rằng: *Đừng bao giờ làm việc như một người bị cưỡng ép. Nếu làm việc với tâm trạng không tinh nguyện thì chẳng những không thể nâng cao hiệu quả công việc mà còn không có ích lợi gì cho bản thân hay người khác. Một người biết tìm được lợi ích từ trong công việc thì nhất định sẽ thành công.*

Ở Nhật Bản, có một người tên là Seiko Noda được một công ty tuyển dụng, nhưng trong thời gian đào tạo, cô bắt buộc phải tự tay cọ rửa bồn cầu mà khách hàng đã dùng. Lần đầu tiên cọ bồn cầu, cô cảm thấy như muốn lôn mưa, kinh tởm đến buồn nôn. Trong lòng rất ám ức, cô thấy số mình thật đen đui, chẳng có công ty nào bắt nhân viên phải đi cọ bồn cầu như vậy, chẳng bao lâu sau, cô bắt đầu chán ghét công việc đó.

Một hôm, Seiko Noda cùng cọ bồn cầu với một tiền bối trong công ty, khi vị tiền bối áy nhín thấy vẻ bất mãn của cô thì không nói một lời mà chỉ cầm dụng cụ vệ sinh lên và bắt đầu dốc hết sức cọ rửa. Khi đã cọ xong, người áy bèn múc một cốc nước từ trong bồn cầu, uống một hơi hết sạch, tựa như muốn nói với Noda rằng: *Bồn cầu mà tôi cọ rửa chẳng những nhìn bên ngoài sạch sẽ mà nước cũng sạch đến độ có thể uống trực tiếp được.*

Seiko Noda nhìn thấy cảnh áy kinh ngạc không thốt nên lời, sau đó đỗ bừng mặt, cô nhận ra thái độ làm việc của mình có vấn đề. Nếu ngay cả việc cọ rửa bồn cầu mà làm cũng không tốt thì sao có thể hoàn thành được công việc chuyên môn, lại càng không thể nói đến trách nhiệm với công ty và xã hội. Do đó, cô hạ quyết tâm phải đổi mới với việc cọ bồn cầu bằng thái độ tích cực. Đến một ngày, cuối cùng cô cũng đã có thể đứng trước mặt người khác uống nước từ bồn cầu mà mình vừa cọ rửa. Cũng chính nhờ tinh thần ấy mà khi 37 tuổi, Seiko Noda đã trở thành Bộ trưởng Bộ Bưu chính viễn thông.

Trong cuộc sống hiện thực, có không ít người đối xử với công việc của mình bằng thái độ “chán ghét”. Họ cho rằng làm việc cũng như chịu phạt, đau khổ vô cùng, chỉ có trong thời gian không liên quan đến công việc mới là lúc vui vẻ. Cách nghĩ như vậy có hai cái hại, thứ nhất là chán ghét công việc sẽ khiến cho cuộc sống có ít nhất một nửa thời gian là đau khổ; thứ hai là thái độ làm việc như vậy sẽ khiến cho cơ hội thành công gần như không có. Để cải thiện tình trạng đó, chúng ta hãy noi gương Seiko Noda, thử thay đổi thái độ làm việc để trở nên tích cực và tiến bộ hơn.

### Sự tích cực của kẻ điếc

Có hai con éch cùng bị rơi xuống giếng sâu, chúng đều cố thử nhảy ra ngoài, nhưng qua một thời gian dài mà vẫn không thành công. Rất nhiều con vật đến bên giếng xem thử

đều hé lén răng: “Cái giếng này sâu lắm, không nhảy lên được đâu, hãy bỏ cuộc đi!”



Để tránh việc chạy theo trào lưu, có lúc chúng ta hãy thử biến mình thành “kẻ điếc”, làm việc theo cách của mình, dùng thái độ tích cực đối diện với mọi việc để giành được thành công.

Một trong hai con éch nghe vậy liền từ bỏ việc nhảy lên, ngồi chờ dần dưới đáy giếng. Con éch kia thì không nghe lời mọi người khuyên bảo mà vẫn tiếp tục cố gắng, cuối cùng nó lại nhảy lên được khỏi giếng. Đến lúc ấy mọi người mới nhận ra rằng nó bị điếc.



Nhiều khi, sự bi quan và tiêu cực bắt nguồn từ chính những lời nói của người khác. Khi người khác nói chúng ta không thể làm được, chúng ta liền tự cho rằng mình không có khả năng, sau đó bi quan tiêu cực với đời.



### Bí quyết khiến cho tâm trạng trở nên tích cực

Thứ nhất, nhìn rõ ưu thế của bản thân và tự tin vào chính mình. Phải tìm ra ưu điểm của mình, đồng thời nghĩ cách để phát huy nó, trong công việc cũng như trong học tập, luôn phải lấy sở trường bù cho sở đoản. Chỉ cần giành được thành công nhất định thì sẽ có thể khiến cho tâm trạng trở nên tích cực hơn. Thứ hai, học cách điều chỉnh cảm xúc. Khi tâm trạng phiền muộn hay tiêu cực, nếu nhát thẹo không thể giải tỏa được thì nên tìm cách khác để thư giãn. Ví dụ như tìm người để tâm sự hoặc giải phóng năng lượng qua vận động.

### Bài học quan trọng

*Để yêu được công việc mình đang làm thực ra không phải việc gì khó, đôi khi chỉ cần thay đổi suy nghĩ một chút là được. Hãy thử nghĩ: So với việc cả ngày chìm đắm trong đau khổ, chẳng thà đi tìm niềm vui trong công việc, sống tích cực đối diện với đời, như vậy sẽ có ý nghĩa hơn rất nhiều.*

## Nguyên văn

Để những hành động xấu xa của người khác không ảnh hưởng đến mình, đó chính là nghĩa vụ của bạn.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Học cách thành công thì mới có thể tiến đến thành công

Khi đối diện với thói xấu của người khác, chúng ta nên làm thế nào? Marcus Aurelius cho rằng, thứ không thể thay đổi được thì hãy cứ để cho nó tồn tại, nhưng đừng để nó ảnh hưởng đến bản thân chúng ta. Thực ra ông muốn nói với chúng ta về nguyên tắc của thành công: Đừng để ta bị “gần mục thì đen”, mà hãy “gần đèn thì rạng”.

Môi trường có ảnh hưởng rất lớn đối với con người. Nếu sống trong môi trường không lành mạnh trong suốt một thời gian dài thì sẽ khó tránh khỏi bị ảnh hưởng, vì vậy chúng ta hãy cố gắng “Không để những cái xấu chi phối và tác động”, cố gắng giữ mặt thiện lương của mình. Nhưng làm được thế vẫn chưa đủ, muốn tiến bộ được thì cần được sống trong môi trường tích cực. Người xưa sớm đã nhận thức được điều đó, chuyện mẹ Mạnh Tử ba lần chuyển nhà chính là minh chứng hùng hồn cho điều này.

Khi còn nhỏ, Mạnh Tử rất thích chơi với những đứa trẻ hàng xóm, nhưng chúng đều là công tử nhà giàu, thích chơi hơn làm, dần dần Mạnh Tử cũng trở nên ham ăn nhác làm, không có chí tiêu thu. Mạnh mẫu thấy vậy vô cùng tức giận, bà không quản sức khỏe yếu ớt, bệnh tật đầy mình mà kiên quyết chuyển nhà, đến sống ở một thôn trang cách đó 10 dặm. Sống ở nơi ai ai cũng chăm chỉ làm lụng, Mạnh Tử cũng bị ảnh hưởng, dần dần bỏ được thói xấu, học theo sự chăm chỉ cần cù, cuối cùng trở thành học giả Nho gia nổi tiếng trong lịch sử Trung Quốc. Hãy thử nghĩ, nếu Mạnh mẫu không “chọn hàng xóm” mà vẫn để cho Mạnh Tử cùng chơi với những cậu công tử con nhà giàu kia thì liệu sau này ông có thành công không?

Trương Hằng - người phát minh ra Địa động nghi (dụng cụ đo động đất thời cổ), có thể nói là nức tiếng gần xa. Khi còn trẻ, Trương Hằng có rất nhiều bạn, đều là những thanh niên rất có tài năng thời bấy giờ, ví dụ như học giả nổi tiếng Thôi Viện. Thôi Viện là người học nhiều hiểu rộng, tinh thông thiên văn, toán học... Trương Hằng lại thường qua lại chơi với Thôi Viện nên cũng học được không ít kiến thức. Có thể nói, lĩnh vực thiên văn học và vật lí mà Trương Hằng nghiên cứu đều chịu ảnh hưởng của Thôi Viện. Vì thế, muốn thành công, chúng ta nên kết bạn với những người tài giỏi.

Nếu bạn bè của bạn đều là những người tài giỏi thì sớm muộn gì bạn cũng sẽ trở thành một trong số những người tài giỏi ấy. Nhưng nếu xung quanh bạn toàn là những người kém cỏi thì bạn sẽ mãi mãi chẳng bao giờ nhìn thấy được sự bao la của biển cả. Từ đó có thể thấy, “nguyên tắc kết bạn” có vai trò rất quan trọng đối với chúng ta. Nếu bạn có nhiều bạn bè giỏi giang thì trên con đường đi đến thành công sẽ có vô số cánh tay trợ giúp cho bạn, khi tiếp xúc với họ, không những họ sẽ giúp bạn rèn được những thói quen tốt mà còn có thể giúp linh ngô được bí quyết của thành công, đi đến đỉnh cao của cuộc đời.

Số phận của hai con tinh tinh

Các chuyên gia về động vật học đã làm một thí nghiệm như sau: Họ cho lắp rất nhiều gương lên tường của hai căn phòng, sau đó cho hai con tinh tinh, mỗi con vào một phòng. Một con tinh tinh tinh tinh hiền lành, sau khi vào phòng, nó thấy rất nhiều “đồng loại” cũng thân thiện như mình, bèn kết bạn với chúng, đối xử rất thân thiết. Ba ngày sau, khi người ta đưa nó ra khỏi phòng, con tinh tinh này còn lưu luyến không muốn rời xa “các bạn”.

Con tinh tinh kia tính khí nóng nảy, nó vào phòng thì thấy vô số kẻ địch hung hăng đang trộn mắt nhìn mình, thế là nó nổi giận hú hét, không ngừng đuổi đánh “kẻ địch”. Ba ngày sau, con tinh tinh này được khiêng ra ngoài, do quá tức giận, nó đã bị nhồi máu cơ tim mà chết.



Tiếp xúc với những người ưu tú chẳng những có thể học được rất nhiều ưu điểm mà còn có thể sửa chữa khuyết điểm, rèn thói quen kỉ luật cho mình.

Sống với những người có nhiều thói xấu, chẳng những ta không học được phẩm chất gì tốt đẹp mà còn có thể khiến cho bản thân trở nên tồi tệ hơn.

HÌNH NHƯ ĐẠO NÀY  
KHÔNG THẤT CẬU  
ĐI LÀM MUỘN NỮA!

ĐÚNG THẾ, NGÀY NÀO  
BẠN CÙNG PHÒNG TÔI  
CŨNG DẬY SỚM MÀ!



SAO TRÔNG CẬU  
TIỀU TỤY THẾ!

HÔM QUA TÔI BỊ BẠN  
KÉO ĐI UỐNG RƯỢU...



### Bài học quan trọng

"Chọn bạn" không phải là chủ nghĩa thực dụng mà là một thái độ sống tích cực. Bạn bè không phải không thể từ bỏ được, quan trọng là bạn có biết lựa chọn hay không.



## Nguyên văn

Epicurus nói, tôi nói chuyện trong khi đang đau ốm không hề liên quan gì đến sự đau đớn của thân xác, tôi không nói chuyện về chủ đề này với những người đến thăm mình mà vẫn tiếp tục thảo luận về tính chất của sự vật như trước đây, đồng thời luôn giữ vững chủ đề đó; trong khi tâm hồn vận động để chia sẻ nỗi đau với thân xác đáng thương thì sao có thể tránh khỏi bị làm phiền, nhưng nó vẫn kiên trì với việc thiện nghĩa ấy. Ông nói, tôi không cho bác sĩ có cơ hội thể hiện vẻ trang nghiêm, dường như họ đang làm một việc gì đó vô cùng vĩ đại, mà cuộc sống của tôi vẫn xoay quanh niềm hạnh phúc và sự yên bình. Do đó, nếu bạn bị ốm, cũng hãy làm những chuyện mà mình vẫn làm trong bát cứ hoàn cảnh nào, bởi trong bát cứ hoàn cảnh bệnh tật nào chúng ta cũng đều không thể từ bỏ Triết học, mà nguyên tắc chủ yếu của các đảng phái Triết học chính là: Không bàn luận vô nghĩa với những người vô tri hay những kẻ không am hiểu tự nhiên, hãy chỉ chú ý vào những việc bạn đang làm cùng những cách thức có thể sử dụng được.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Ngừng những việc vô nghĩa mà bạn đang làm chính là thể hiện sự trân trọng cuộc sống

Marcus Aurelius dẫn lời của Epicurus chỉ nhầm một mục đích duy nhất: Không nên bàn luận với những người vô tri mà hãy chuyên tâm làm chuyện của mình. Thực ra điều này lại dẫn đến một đạo lí khác: Từ bỏ những việc vô nghĩa, đừng vì chúng mà lãng phí thời gian

Có một giáo viên đã đưa ra câu hỏi như thế này: Từ điểm A đến điểm B, cự li nào là ngắn nhất? Câu hỏi này quá đơn giản: Đường thẳng nối từ điểm A đến điểm B là cự li ngắn nhất. Nhưng thầy giáo lại vẽ lên giấy hai điểm A và B rồi gấp mảnh giấy lại sao cho hai điểm đó trùng nhau. “Các em hãy nhìn kĩ nhé, đây mới là khoảng cách ngắn nhất.” Có cậu học trò thắc mắc: “Thưa thầy, làm như vậy không khoa học, vì trong hiện thực không thể cho hai điểm A và B trùng lên nhau được.” Thầy giáo nói: “Đó chính là điều mà hôm nay thầy muốn giảng cho các em, có lúc chúng ta thấy có những việc không thể thực hiện được, vì thế chúng ta không làm. Nhưng về mặt khoa học, hoàn toàn có thể cho hai điểm đó trùng lên nhau.” Quả thực, tư duy như vậy rất táo bạo, nếu suy nghĩ kĩ hơn thì chúng ta sẽ không khó để nhận ra được mình đã lãng phí mất bao nhiêu thời gian trong cuộc đời vì đã không làm cho hai điểm trùng lên nhau.

Có một lần, Carnegie cần viết bản thảo diễn thuyết, lúc mới đầu ông không hề nghĩ nhiều mà cầm bút lên viết luôn, sau khi miệt mài cả một ngày trời để viết bản thảo dài mươi mấy trang, ông bèn đưa cho thư ký giúp mình chỉnh sửa. Nhưng người thư ký lại phát hiện ra bản thảo của ông có vấn đề, bèn nói: “Những nội dung này hình như không đúng với chủ đề.” Carnegie nhìn lại mới phát hiện ra mình đã nhầm chủ đề, chỉ dành than vãn vì đã lãng phí mất cả một ngày. Nhiều lúc chúng ta cũng giống như Carnegie, cầm đầu vào làm những việc vô nghĩa. Ví dụ như vật lộn một hồi mới phát hiện ra rằng chỉ cần một động tác nhỏ thôi là có thể giải quyết vấn đề; có khi phải tiếp khách hàng ăn uống rất nhiều lần, tổn biến bao công sức nhưng cuối cùng công việc vẫn không có gì khởi sắc; có khi lại vì tụ tập mà lỡ mất thời gian, cuối cùng gây ảnh hưởng đến công việc. Những ví dụ kể trên đều là do không nắm vững được nguyên tắc làm việc: Trước khi làm việc gì phải suy nghĩ kĩ xem việc gì nên làm, việc gì không nên làm.

## Epicurus



Nhà Triết học Hi Lạp cổ đại theo chủ nghĩa duy vật (314 TCN – 270 TCN). Epicurus sinh ra tại đảo Samos, từng truyền dạy Triết học ở vùng Anatolia, sau này ông lập trường học của mình ở Athens, đặt tên là “Vườn hoa của Epicurus”, dần dần hình thành học phái Triết học Epicureanism. Các tác phẩm của Epicurus có rất nhiều nhưng sau này đa số đều bị thất truyền, ngày nay chỉ còn sót lại ba bức thư và vài bản thảo.

Epicurus đề xướng Thuyết Vô thần, ông cho rằng con người sau khi chết thì linh hồn cũng tiêu tan cùng thể xác, đây có thể coi là điều lạ lẫm vào thời bấy giờ. Đồng thời, ông chủ trương mục đích của cuộc sống là theo đuổi niềm vui và hạnh phúc, nhưng hạnh phúc không hoàn toàn là việc hưởng thụ lạc thú vật chất mà là sự yên tĩnh và hài hòa của nội tâm sau khi đã chìm vào đó. Ngoài ra, Epicurus sống cuộc sống cần kiệm, nhằm ngăn chặn sự can thiệp và xâm phạm của quá nhiều dục vọng vật chất.

## Làm những việc có ích trong đời

### Suy nghĩ kĩ trước khi làm

Trước khi suy nghĩ rõ ràng phương án và tiến trình cụ thể, đừng vội làm bất cứ chuyện gì, bởi hành vi không có mục đích và kế hoạch rõ ràng thường không có hiệu quả.

### Tinh nghệ kịp thời

Khi chúng ta phát hiện mình làm việc không có hiệu quả, phải kịp thời phát hiện ra nguyên nhân vấn đề, không nên cố chấp đến cùng, có vậy mới có thể bớt việc đi đường vòng.



### Bài học quan trọng

Có một cách rất hay để nâng cao hiệu quả làm việc, đó chính là trước khi làm hãy định ra trước ba kế hoạch, sau đó so sánh và chọn một kế hoạch tốt nhất rồi bắt tay vào thực hiện. Chỉ định ra duy nhất một kế hoạch thì sẽ khó tránh khỏi việc thiếu sót ở phương diện nào đó, không có lợi cho việc phát hiện và giải quyết vấn đề.

## Nguyên văn

Trong bát kì hoàn cảnh nào, bạn cũng đều có thể giúp những người làm lạc bằng cách khuyên nhủ họ những điều đúng đắn, bởi những người mắc sai lầm đều là vì đánh mất mục đích ban đầu mà đi sai đường. Ngoài ra bạn còn bị tổn hại ở đâu nữa? Bởi lẽ bạn sẽ nhận ra rằng trong những người xúc phạm đến mình, không ai có thể làm được những chuyện khiến cho tâm hồn bạn trở nên xấu xa, mà những thứ bạn cho là xấu xa và làm bạn tổn thương thì chỉ tồn tại trong tâm hồn. Nếu người không được giáo dục làm những chuyện vô giáo dục thì liệu sẽ gây ra những tổn hại gì hay có hành động gì kì quái? Sau khi suy nghĩ, bạn hãy tự trách mình, bởi bạn đã không lường trước rằng hạng người áy sẽ mắc sai lầm theo cách đó. Bởi vì bạn vốn đã được lí trí trang bị sẵn cho những biện pháp để suy đoán việc anh ta sẽ phạm lỗi đó, vậy mà bạn lại quên mất không dùng, lại còn cảm thấy ngạc nhiên trước sai lầm mà anh ta phạm phải. Phần lớn những lúc bạn chỉ trích một người vô ơn bởi nghĩa hay bất tín bất trung, bạn đều nên quay lại tự trách mình.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Dự đoán trước được khó khăn và nguy hiểm thì mới có thể thuận lợi vượt qua khó khăn

Khi gặp thất bại, bạn sẽ nói: “Không sao, lần sau chú ý hơn là được.” Nhưng có những cơ hội ta chỉ có một lần, bỏ lỡ rồi thì sẽ chẳng bao giờ có lại được nữa. Vì thế, Marcus Aurelius cho rằng, ngoài việc tìm ra nguyên nhân thất bại, chúng ta còn phải rèn cho mình thói quen dự đoán trước nguy hiểm, có vậy mới có thể ngăn được những bất trắc có thể xảy ra trên con đường tiến tới thành công.

Giả Hủ - muru sĩ nổi tiếng thời Tam quốc có thể nói là thông minh tuyệt đỉnh, cả đời ông đi theo rất nhiều chủ tướng, ai ai cũng răm rắp nghe theo muru kế của ông. Có được điều đó không phải do ông có tài mê hoặc lòng người mà vì ông có khả năng “tiên tri”. Có lần, Tào Tháo định đánh Trương Tú, Trương Tú biết quân Tào thế lực lớn mạnh, không dám khinh suất, bèn bày trận chờ đánh. Song Tào Tháo còn chưa khai chiến đã rút quân vì hậu phượng xáy ra sự cố, lúc này, Trương Tú chủ trương truy kích, song bị Giả Hủ can ngăn. Trương Tú không nghe, dẫn binh đuổi theo, cuối cùng đại bại quay về. Lúc này, Giả Hủ lại nói: “Giờ lại truy kích, chắc chắn có thể đại thắng.” Trương Tú lòng còn hồ nghi nhưng vẫn nghe theo, kết quả đúng là đánh bại quân Tào. Thắng lợi trở về, Trương Tú mới hỏi Giả Hủ nguyên nhân, Giả Hủ nói: “Tào Tháo lúc mới đầu rút quân thì đã vạch sẵn kế sách phòng ngừa chúng ta rồi, vì thế tướng sĩ đều hết sức thận trọng, lúc này mà truy kích thì nhất định sẽ thát bại; sau khi chúng ta thua trận, Tào Tháo cho rằng quân ta không dám đánh lén nữa nên lơ là cảnh giác, đó chính là thời cơ cho ta lợi dụng.” Lời Giả Hủ khiêu cho Trương Tú phải tâm phục khẩu phục.

Thực ra Giả Hủ không phải là thần tiên gì, tài tiên tri của ông chẳng qua chỉ là biết phân tích chi tiết cục trước khi hành động, từ đó có thể biết được lúc nào tiến công thì có lợi nhất. Vì thế, trước khi làm việc gì cũng phải rèn luyện cho mình thói quen dự đoán mọi điều có thể xảy ra, làm vậy chẳng những có thể nâng cao khả năng thành công mà còn dù có xảy ra sai sót cũng có thể kịp thời phát hiện và sửa chữa.

Trương Tú

(? – 207), người Tô Lệ, Vũ Uy (nay thuộc tỉnh Cam Túc). Trương Tú là một trong những quân hùng cuối thời nhà Hán, từng dẫn quân đánh chiếm Uyển Thành vào cuối thời Đông Hán. Ban đầu Trương Tú đối địch với Tào Tháo, sau này nghe lời khuyên gián của Giả Hủ mà đầu quân quy phục Tào Tháo, tham gia đánh trận Quan Độ. Sau khi chết, ông được phong làm Định hầu.

### Giả Hủ

(147 – 224), tự Văn Hòa, người Cố Tang, Vũ Uy. Ông là mưu sĩ nổi tiếng thời Tam Quốc. Ban đầu, ông phò trợ cho Lí Quyết, Quách Dĩ, sau khi hai người đó thất bại, ông trở thành mưu sĩ cho Trương Tú. Cuối cùng, ông cùng Trương Tú về quy phục Tào Tháo. Sau khi chết, ông được phong làm Túc hầu.



## Phòng ngừa hiểm họa

### Đê dài ngàn dặm, vỡ vì tổ mối

Con mối trông nhỏ bé song lại có thể làm tổ trong lòng đê, khiến cho đất trong lòng đê mềm dần, cuối cùng sụt lở. Vì thế, chúng ta không thể coi thường những thứ như sức mạnh của con mối bé nhỏ đối với đê sông dài rộng được.



### Uốn cong ống khói, rút củi khỏi bếp

Nhằm ngăn ngừa hỏa hoạn, người ta làm cong ống khói, sau đó rút củi ra khỏi bếp để tránh mọi nguy cơ hỏa hoạn có thể xảy ra. Nhiều khi chúng ta cũng phải làm như vậy, trước khi làm việc gì cũng phải loại bỏ hết mọi yếu tố bất lợi, dọn đường cho thành công phía trước.



### Bài học quan trọng

Rất nhiều lúc, chúng ta hay “mát bò mới lo làm chuồng”, lúc gặp khó khăn rồi mới nghĩ cách giải quyết, làm như vậy có thể tích lũy kinh nghiệm, song lại ảnh hưởng đến hiệu quả công việc. Tuy trên đời này không có cách nào là “hoàn hảo” nhưng nghĩ kỹ trước khi làm có thể giúp hạn chế sự cố có thể xảy ra cũng như giảm bớt rủi ro trong công việc.

## PHẦN 10 > ĐẠO LÀM NGƯỜI

Làm thế nào để hòa hợp với người khác, đó là vấn đề mà các nhà nghiên cứu xã hội học quan tâm và nghiên cứu bấy lâu nay. Ở phần này, Marcus Aurelius sẽ chỉ ra cho chúng ta cách để có được quan hệ xã hội tốt: Khi gặp chuyện gì cũng hãy thử nghĩ trên một góc độ khác, đặt mình vào vị trí của người khác để suy nghĩ và cảm nhận.

- Coi trọng mối quan hệ nhân quả giữa các sự vật
- Đè cao lợi ích tập thể
- Độ lượng đối diện với đòn
- Dám thử thách
- Nói ít làm nhiều
- Trước khi phê bình người khác, hãy tự kiểm điểm bản thân
- Tin vào sức mạnh của niềm tin



### 1 CHÚ TRỌNG MỐI QUAN HỆ NHÂN QUẢ GIỮA CÁC SỰ VẬT

#### Nguyên văn

Bất cứ chuyện gì xảy ra với bạn cũng là điều đã được số phận định sẵn, sợi dây nhân quả đã được thắt vào với bạn và những việc có liên quan đến bạn.

#### LỜI VÀNG Ý NGỌC

## Có nhân tất có quả, mọi kết quả đều có nguyên nhân của nó

Marcus Aurelius nói mọi chuyện đều có nhân quả, hơn nữa, nhân quả trong vũ trụ chính là mối quan hệ giữa bạn và tất cả mọi việc xung quanh bạn. Điều này nghe thì có vẻ trừu tượng, nhưng “có nhân tất có quả” thực sự là một chân lí bất biến. Coi trọng mối quan hệ nhân quả không chỉ là cách để giải quyết vấn đề mà còn là trí tuệ được đúc rút ra khi suy ngẫm về cuộc đời.

Quan hệ nhân quả không chỉ là chủ đề bàn luận Triết học mà còn là nguyên tắc được rất nhiều tôn giáo nhắc đến. Nhân quả của Triết học chính là nói về mối quan hệ giữa “trước” và “sau”, nguyên nhân ở trước, tất nhiên sẽ dẫn đến hậu quả về sau, còn nhân quả được nhắc đến trong Phật giáo cũng là mối quan hệ giữa “cho đi” và “nhận lại”. Một năm trước khi xảy ra chiến tranh chống Nhật ở Trung Quốc, ở Ninh Ba - Triết Giang có ông Tưởng mở tiệm bán phẩn son. Lần nọ ông Tưởng về quê ăn Tết, khi đi qua một cây cầu, ông nhìn thấy có một cô bé tầm 13, 14 tuổi đang ngồi khóc, bèn lại gần hỏi han sự tình. Hóa ra cô bé này là “con dâu nuôi”, chồng cô đi làm ăn ở xa, cô sống cùng với mẹ chồng rất nghiêm khắc. Hôm đó, mẹ chồng bắt cô sang thôn bên cạnh trả tiền, nhưng cô lại lỡ làm rơi mất tiền, tìm sao cũng không thấy, nghĩ về nhà thế nào cũng bị mẹ chồng quát mắng, sau này lại càng khó sống hơn, cô bé có ý định nhảy xuống sông tự vẫn.

Ông Tưởng rất thông cảm với hoàn cảnh của cô bé, bèn lấy ra ít tiền cho cô, để cô đi trả nợ, cô bé “con dâu nuôi” cảm kích vô cùng, hết lời hỏi thăm tên tuổi và địa chỉ của ông Tưởng, ông Tưởng cũng thật lòng trả lời rồi tiếp tục lên đường. Một năm sau, chiến tranh nổ ra, Hàng Châu gặp nạn, Ninh Ba cũng rơi vào biển lửa chiến tranh. Một hôm, ông Tưởng đi Thượng Hải lấy hàng trên con thuyền nhỏ. Khi đi ngang bến cảng, có hai người nhìn thấy ông Tưởng và mời ông lên bờ uống rượu. Ông Tưởng nhìn kĩ lại thì nhận ra chính là cô bé con dâu nuôi mà ông đã gặp cách đây mấy năm, để đáp lại thịnh tình, ông đành lên bờ. Vừa mới đặt chân lên bờ thì trên bầu trời bỗng có tiếng máy bay của quân Nhật. Khách trên thuyền hoảng loạn, ai cũng muốn lên bờ tránh nạn, cuối cùng người lái thuyền không giữ được thăng bằng, mọi người đều lần lượt rớt xuống nước, lại bị máy bay tấn công, không một ai sống sót. Ông Tưởng nhờ lên bờ trước mà may mắn tránh được kiếp nạn.

Câu chuyện này chính là ví dụ điển hình cho “Báo ứng nhân quả” theo quan niệm của Phật giáo. Việc ông Tưởng sống sót có quan hệ trực tiếp đến hành động thiện nghĩa trước đây của ông. Tất nhiên, bỏ qua yếu tố tôn giáo, bản thân ví dụ này cũng chứng minh quan hệ giữa “nhân” và “quả”. Vận dụng mối quan hệ này vào cuộc sống cũng có thể cung cấp cho chúng ta cơ sở để giải quyết vấn đề. Hãy thử nghĩ xem, giả sử có việc nào đó chúng ta chưa hoàn thành, nếu loại bỏ yếu tố “số phận” thì liệu có nguyên nhân nào từ phía bản thân chúng ta không?

### Khoảng cách kì lạ giữa các đường ray

Khoảng cách tiêu chuẩn giữa hai thanh ray đường tàu của Mĩ là 4,85 feet. Điều này từ đâu mà có?



Độ dài này đầu tiên được người Anh quy định khi thiết kế xe điện, nhưng tiêu chuẩn của đường ray xe điện từ đâu mà có?



Khoảng cách tiêu chuẩn trong đường ray xe điện  
được tham khảo trực tiếp từ khoảng cách giữa hai  
bánh xe ngựa. Nhưng khoảng cách của xe ngựa từ  
đâu mà có?



Vì độ rộng giữa hai bánh xe ngựa bắt buộc phải khớp với  
vết xe trên đường, mà vết xe ấy lại là khoảng cách giữa hai  
bánh xe ngựa chiến của La Mã cổ.



Sở dĩ có được số đo khoảng cách giữa hai bánh xe ngựa  
chiến La Mã cổ như vậy là do độ rộng của mông hai con ngựa.



Trong nhiều trường hợp, kết quả không đơn thuần được tạo thành bởi một nguyên nhân, vì thế chúng ta phải truy tìm tận gốc nguyên nhân sự việc, xóa bỏ mọi can thiệp, có  
vậy mới có thể tìm thấy cẩn nguyên. Có lúc, tìm ra nguyên nhân không hề dễ dàng, phải tra  
cứu rất nhiều tài liệu, đồng thời tiến hành phân tích có hệ thống.

### Bài học quan trọng

*Mỗi quan hệ nhân quả tồn tại khắp mọi nơi, xâm nhập vào mọi phương diện trong cuộc sống, cho dù chúng ta chỉ làm một động tác nhỏ cũng sẽ dẫn đến một kết quả khác. Vì vậy, khi gặp khó khăn, đừng mất thời gian than vãn mà hãy nghĩ xem vì  
đâu mà gây nên sự thế.*

## Nguyên văn

Bất kể nói vữn trụ là tập hợp của các nguyên tử hay nói tự nhiên là một chỉnh thể, thì trước tiên vẫn phải vững tin rằng ta là một bộ phận của chỉnh thể bị chi phối bởi bản chất; tiếp theo, ở một chừng mực nào đó, ta có mối quan hệ mật thiết với các đồng loại khác của ta. Phải nhớ kĩ điểm này: Do ta là một bộ phận nên ta không bao giờ được bất mãn với bất cứ sự vật gì mà chỉnh thể phân phòi cho ta, bởi phàm là thứ tồn tại vì lợi ích của chỉnh thể thì sẽ không có hại cho bộ phận của chỉnh thể. Chỉnh thể sẽ không bao giờ bao hàm những thứ vô ích với nó; tất cả mọi bản chất có nhiên đều tuân theo nguyên tắc này, nhưng bản chất của vữn trụ còn tuân theo một nguyên tắc khác: Vữn trụ thậm chí không bị bất cứ ngoại lực nào ép buộc nó sinh ra những thứ có hại cho bản thân nó. Bởi thế, vì nhớ kĩ mình là một bộ phận của chỉnh thể nên ta luôn hài lòng với mọi chuyện xảy ra. Vì ta và những đồng loại với ta ở một chừng mực nào đó có quan hệ mật thiết với nhau, nên ta sẽ không bao giờ làm chuyện gì phản lại xã hội, mà nguyên đem tất cả sức lực của mình công hiến cho lợi ích chung, phản đối mọi chuyện đi ngược lại với lợi ích của cộng đồng.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Có cái nhìn toàn cục mới là có trí tuệ

Người xưa nói con người đều ích kỉ, điều đó có thể hiểu là khi liên quan đến lợi ích cá nhân thì rất nhiều người đều sẽ vì những tham vọng riêng của mình mà không quan tâm đến lợi ích của người khác. Nhưng trong mắt Marcus Aurelius, hành động như vậy là chỉ thấy lợi ích trước mắt mà không thấy được lợi ích lâu dài, bởi chỉ có người biết bao toàn đại cục thì mới là người thực sự có trí tuệ và mới có thể thành công.

Trong lịch sử Trung Quốc có không ít câu chuyện về những người vì lợi ích tập thể mà hi sinh lợi ích cá nhân, một trong những chuyện nổi tiếng nhất là chuyện Tướng tương hòa của Đương Thục. Lạn Tương Như vì có tài năng xuất chúng mà được Triệu Vương tán thưởng, địa vị cũng ngày một tăng cao. Trong khi đó, Liêm Pha lại cho rằng Lạn Tương Như chẳng qua chỉ là nhò miếng lưỡi mà thăng tiến, không có bản lĩnh thực sự nên rất bất mãn với Lan Tương Như. Lan Tương Như biết chuyện thì bèn chủ động tránh mặt Liêm Pha, nhờ thế không nảy sinh xung đột giữa hai người. Sau này, Liêm Pha biết Lạn Tương Như rộng lòng độ lượng như vậy thì tự thấy xáu hổ mà chủ động xin tạ tội với Lạn Tương Như, về sau, hai người trở thành bạn thân giao, cùng chung sức phò trợ Triệu Vương.

Thời Đông Hán cũng có một câu chuyện được lưu truyền thành giai thoại. Khâu Tuân - Thái thú Dĩnh Xuyên là một người rất biết lo cho đại cục. Có lần, thủ hạ của đại thần Giả Phúc giết người ở Dĩnh Xuyên. Khâu Tuân liền cho người bắt tên đó lại, chuẩn bị chém đầu thị chung. Giả Phúc nghe tin liền nỗi trận lôi đình, lập tức đến Dĩnh Châu tìm Khâu Tuân hỏi tội. Khâu Tuân biết ý định của Giả Phúc bèn tránh mặt Giả Phúc, lại mời tùy tùng của Giả Phúc dự tiệc. Đợi khi mọi người đã cõm no rượu say, Khâu Tuân mới xuất hiện và nói: "Mọi người từ xa đến, tại hạ thát lẽ không ra nghênh đón, nhưng giờ tại hạ lại có việc gấp, đành phải cáo từ trước." Giả Phúc vội vàng đuổi theo, nhưng đám tùy tùng đều uống quá say, nên đành giương mắt nhìn Khâu Tuân đi mất. Giả Phúc cũng biết phẩm cách của Khâu Tuân, vì thế cũng không gây khó dễ nữa.

Khi chúng ta phát hiện ra ân oán cá nhân có xung đột với lợi ích tập thể thì hãy thu lui một

bước, tất sẽ thấy trời cao biển rộng.

Lạn Tương Nhu (329 TCN – 259 TCN), giữ chức Thương Khanh của nước Triệu thời Chiến quốc, là người Khúc Dương, nay thuộc tỉnh Hà Bắc. Ông là nhà chính trị, ngoại giao nổi tiếng thời Chiến quốc. Theo ghi chép của *Sử ký – Liêm Pha Lạn Tương Nhu liệt truyện*, ba chuyện quan trọng nhất mà ông làm trong đời là cầm ngọc quý đi sứ Tân, phò Triệu Vương hội kiến với Tân Vương, và nhún nhường với Liêm Pha.



Liêm Pha, không rõ năm sinh năm mất, người huyện Lăng, Đức Châu, Sơn Đông, là nhà quân sự kiệt xuất của nước Triệu thời Chiến quốc. Ông là danh tướng nước Triệu cuối thời Chiến quốc, cùng Bạch Khởi, Vương Tiễn, Lí Mục hợp thành “Tứ đại danh tướng thời Chiến quốc”. Nhờ vào tài năng quân sự siêu việt, ông đã lập nên bao chiến công cho nước Triệu, đồng thời ngăn chặn sự xâm lược của nước Tân.



Từ câu chuyện Tướng tương hòa, có thể thấy rõ tầm lòng độ lượng của Lạn Tương Nhu, ông biết nếu mình và Liêm Pha có xung đột thì sẽ chẳng có kết quả tốt đẹp gì, cuối cùng chỉ làm cho thù oán thêm sâu sắc, cả công lẫn tư đều không có chút lợi lộc nào.

Ban đầu Liêm Pha vì tư lợi mà bất mãn với Lạn Tương Nhu, cho rằng Lạn Tương Nhu không lập được chiến công nào, tài năng cũng không bằng mình, không nên hưởng nhiều vinh hoa phú quý như vậy. Nhưng sau này, ông đã ý thức được cách làm của mình rất thiển cận, liền lập tức từ bỏ tư lợi, lo cho đại cục.

Trong xã hội hiện nay, những chuyện bát hòa vì lợi ích cá nhân nhiều không kê xiết, đồng nghiệp với nhau vì tư lợi mà trở mặt thành thù cũng không phải chuyện hiếm. Thực ra, một lần từ bỏ không có nghĩa là cả đời chịu nhún nhường, nhiều khi, từ bỏ để có được thành công nhiều hơn. Hơn nữa, nhìn xa một chút thì có thể thấy, người có năng lực sẽ luôn luôn được mọi người coi trọng?



### Bài học quan trọng

*Hãy sinh lợi ích cá nhân quả thực cần phải có dũng khí, có lúc cái giá phải trả cho việc hi sinh bản thân là rất lớn, nếu chúng ta không có tấm lòng độ lượng thì có thể sẽ khiến cho tất cả mọi người phải chịu tổn thương. Hơn nữa, “lùi” không có nghĩa là lùi bước mà là để đi càng xa hơn.*

## Nguyên văn

Nếu bạn được xung tung bằng những mĩ từ như lương thiện, khiêm tốn, chân thành, lí trí, kiên định, độ lượng thì hãy chú ý giữ gìn chúng; nếu bạn đánh mất đi những điều đó thì hãy nhanh chóng tìm lại chúng. Hãy nhớ rằng “Lí trí” thể hiện sự sáng suốt, thoát khỏi vô tri trước tất cả mọi chuyện. “Kiên định” nghĩa là tự nguyện đón nhận những thứ mà bản chất cộng đồng phân cho bạn; “Độ lượng” chỉ phần lí trí đã vượt lên thể xác để khiến cho con người ta vui vẻ hay đau khổ, nó vượt lên trên tất cả những thứ đáng thương được gọi là danh vọng hay cái chết. Vậy, nếu bạn muốn mình giữ được tất cả những danh xưng trên mà không muốn người khác được gọi bằng những danh xưng áy, bạn sẽ trở thành một người khác, bước vào một cuộc sống khác.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Độ lượng đối diện với mọi thứ, phiền muộn sẽ bị bỏ lại phía sau

Marcus Aurelius đã liệt kê ra cho chúng ta những phẩm chất tốt đẹp: lương thiện, lí trí, trân trọng và độ lượng. Điều cuối cùng “Độ lượng”, thực ra là cảnh giới cao nhất trong tất cả những phẩm chất trên. Một người chỉ cần có được điều đó thì đường đời sẽ không còn phải lo lắng về khó khăn và khổ cực nữa.

### Tính trí tuệ của chữ “TÙY”



Bài cổ của thiền viện đã khô vàng, chú tiểu nói :  
“Chúng ta hãy nhanh nhanh gieo hạt đi, nếu không  
trông sẽ xấu lắm!” Sư phụ nói: “Tùy thời”.

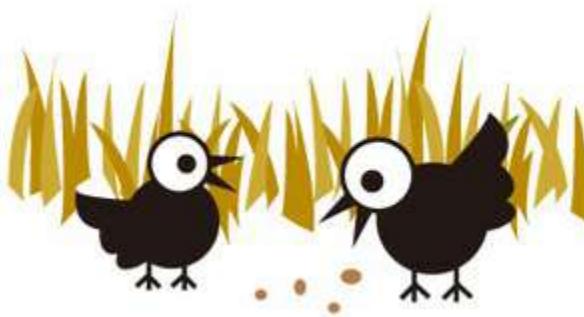
Tùy thời không có nghĩa là không quan tâm đến  
tầm quan trọng của thời gian mà ở đây là ý nói đến  
thái độ tích cực khi đối mặt với cơ hội. Nếu mất đi cơ

hội lần này thì hãy rộng lòng chờ đợi cơ hội lần sau.



Sư phụ mua một túi hạt giống, bảo chú tiểu đem đi gieo hạt, nhưng hạt giống gieo xong lại bị gió thổi đi, chú tiểu buồn bã, thất vọng vô cùng. Sư phụ nói:  
“Tùy tính.”

Tùy tính cũng là một thái độ sống, có lúc chúng ta bỏ công sức ra nhưng hi vọng lại rất mong manh, khi ấy ta nên bỏ cuộc hay tiếp tục cố gắng? Đương nhiên là giữ tâm trạng bình tĩnh và tiếp tục tiến lên rồi.



Sau khi hạt giống được rắc, một bầy chim kéo đến, chú tiểu nói: “Chết rồi, hạt giống sắp bị chim ăn hết rồi.” Sư phụ nói: “Tùy ngộ.”

Tùy ngộ là thái độ thản nhiên đối diện với hoàn cảnh, có lúc chúng ta khó tránh khỏi lâm vào cảnh khốn cùng, khi ấy chỉ có ngừng than vãn, nhanh chóng thích nghi với hoàn cảnh mới là thượng sách.



Nửa đêm trời mưa, chú tiểu vội vàng chạy đến bạch với sư phụ: "Nước mưa cuốn trôi nhiều hạt giống lăm!" Sư phụ nói: "Tùy duyên."

Tùy duyên là thái độ ôn hòa, khoan dung, khi chúng ta gặp phải bất công, hãy thử tĩnh tâm và nghĩ xem: Ngoài những thứ ta mất đi, còn có điều gì đáng để vui mừng nữa?



Một tuần sau, những mầm non nhú lên khỏi mặt đất, bừng bừng sức sống, chú tiểu vui mừng hoa tay múa chân. Sư phụ nói: "Tùy hi."

Tùy hi chính là dùng lí trí đối diện với thành công, khi chúng ta chìm đắm trong niềm vui chiến thắng, khó tránh khỏi sẽ quá đắc ý, tự mãn. Lúc ấy, hãy tự nhắc mình: Còn những vấn đề gì mà ta vẫn chưa làm xong?

### Bài học quan trọng

*Độ lượng không phải là thái độ sống tiêu cực mà là một vũ khí lợi hại đối phó với thất bại và thách thức. Người lạc quan mà độ lượng khi gặp khó khăn thì vẫn có thể tự tin*

vào bản thân, bình tĩnh giải quyết vấn đề. So với những người lãng phí thời gian vào bi quan, chán nản thì họ càng có nhiều cơ hội hơn để thành công hơn.

## Nguyên văn

Nếu đã nghiên cứu, cân nhắc xem nên làm gì trong phạm vi khả năng của bạn thì liệu có cần thiết phải đa nghi, sợ hãi nữa không? Nếu bạn đã nhìn rõ thì hãy bước qua một cách hài lòng chứ đừng quay đầu lại; nếu bạn nhìn không rõ thì hãy dừng lại hỏi có vấn giòi nhất của mình. Nếu có thứ gì khác phản đối bạn, hãy dựa vào sự thận trọng, trí tuệ và sức mạnh của bạn để bước tiếp, kiên trì thứ mà bạn cho là đúng. Vì đạt được mục tiêu đó là điều tốt nhất, nhưng nếu bạn không làm được thì cũng phải khiến cho sự thất bại của bạn trở thành thất bại của việc thử nghiệm. Người tuân theo lí trí trong mọi chuyện là người vừa bình tĩnh lại vừa tích cực, vừa vui vẻ lại vừa trán tĩnh.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Không có thử nghiệm thì sẽ không có thành công

Marcus Aurelius không uổng là vị quân chủ có tầm nhìn xa, ông biết rằng trong phạm vi khả năng cho phép, phải dám thử nghiệm thì mới có thể thành công. Dù có thất bại đi nữa thì cũng có sao chứ? Đó chẳng phải là để tích lũy kinh nghiệm cho thành công lần sau ư?

Ở Mĩ có một cậu thanh niên nghèo rớt mùng toé, tất cả tiền mà cậu có gộp lại cũng không mua nổi bộ quần áo vest. Nhưng cậu có một ước mơ là trở thành diễn viên, trở thành minh tinh màn bạc. Thế là cậu bắt đầu nỗ lực sáng tác kịch bản, sau vô số lần thất bại, cuối cùng cậu cũng hoàn thành xong một kịch bản phim mà mình cảm thấy vừa ý nhất. Tiếp đó, cậu dựa vào năng lực và mục tiêu của mình để sắp xếp thứ tự 500 nhà sản xuất phim ở Hollywood, sau đó lần lượt đi gặp từng nhà sản xuất. Sau vòng đầu tiên, không có công ty nào đồng ý đọc kịch bản của cậu, đừng nói gì đến mời cậu làm diễn viên. Cậu thanh niên ấy không nản lòng mà lại tiếp tục đi đến công ty sản xuất phim đầu tiên, nhưng kết quả vẫn thất bại. Tiếp đó, lần thứ ba vẫn có kết quả như vậy. Theo lí mà nói, “quá tam baận”, lúc này chọn bỏ cuộc cũng là việc thường tình. Nhưng cậu thanh niên vẫn quyết tâm, tiếp tục đi gặp các công ty lần thứ tư. Lần này cậu dốc toàn lực, hết lời tự giới thiệu bản thân với người phụ trách của các công ty sản xuất phim. Khi đến gặp công ty thứ 350, giám đốc công ty đã phá lệ đồng ý xem kịch bản của cậu. Một ngày sau, cậu nhận được thông báo mời đến phỏng vấn. Chính lần đàm phán này mà bộ phim được bấm máy, và cậu thanh niên cũng giành được cơ hội làm diễn viên chính, đó là bộ phim Rocky nổi tiếng một thời, còn cậu thanh niên ấy chính là Michael Sylvester Gardenzio Stallone - ngôi sao phim hành động của Hollywood. Khi hồi tưởng lại quãng thời gian ấy, ông không khỏi cảm thán: “Tông cộng tôi đã phải đi phỏng vấn lần thứ 1850 mới thành công.”

Thử nghiệm 1850 lần vẫn không bỏ cuộc, điều ấy thể hiện một tinh thần như thế nào? Nhiều lần bị từ chối nhưng vẫn không ngừng thử nghiệm bản thân, đó chính là vì trong lòng luôn kiên định. Nếu chúng ta vì thất bại mà so vai rụt cổ thì hãy thử nghĩ đến con số 1850 và nhìn lại xem ta đã thử được bao nhiêu lần.

Thu hoạch của thử thách

Khí hậu khô hạn khiến cho nước hồ ngày một cạn dần, lũ cá sấu trong hồ vừa đói vừa khát, nhưng xung

quanh đó toàn là sa mạc, ra ngoài chỉ có đường chèt mà thôi, thế nên không con cá sấu nào dám bước chân ra khỏi hồ. Cuối cùng, một con cá sấu quyết định thử rời đi tìm ốc đảo mới.



Nước trong hồ ngày càng ít đi, lũ cá sấu không chống đỡ nổi nỗi đói khát, cuối cùng, chỉ còn một con khỏe mạnh nhất còn sống. Nhưng nó lại chết khát vì nước hồ đã hoàn toàn cạn kiệt. Còn con cá sấu bé nhỏ dũng cảm kia sau khi bò qua một chặng đường dài, cuối cùng sống sót và tìm thấy một ốc đảo có cây cối xanh tươi, nước ngọt tràn trề.

Nếu có được tinh thần dám thử nghiệm như con cá sấu nhỏ kia thì tuy gặp phải khó khăn tạm thời nhưng rất có thể sẽ có được kết cục tốt đẹp, viên mãn.

Nhiều người khi đối mặt với hoàn cảnh bất lợi thì không hề nghĩ đến việc thử những cách mới mà vẫn cố chấp với lối tư duy nhất quán, cuối cùng thường không được như ý muốn.

VÌ KÌ SÁT HẠCH LẦN  
NÀY LẠI PHẢI THỨC  
ĐÊM HỌC RỒI.

ĐÚNG THẾ, VÌ CUỘC  
SỐNG MÀ, ĐÂU CÒN  
CÁCH NÀO KHÁC!



VÌ LẦN SÁT HẠCH  
NÀY LẠI PHẢI THỨC  
ĐÊM HỌC RỒI.

SAO CẬU KHÔNG RÚT  
KINH NGHIỆM TỪ NHỮNG  
LẦN TRƯỚC MÀ CHUẨN  
BỊ SÓM HƠN CHỨ?



### Bài học quan trọng

Con người ta sở dĩ không dám thử nghiệm là vì lo tình huống không thể dự đoán trước sẽ gây ra cục diện bất lợi, cuối cùng dẫn đến thất bại. Thực ra nếu quan sát những doanh nhân thành đạt, có ai là không thất bại vì thử nghiệm chứ? Dũng cảm thử nghiệm mới có cơ hội, nhưng nếu không dám thì ta mãi mãi chỉ dừng chân tại chỗ mà thôi.

## Nguyên văn

*Đừng mãi bàn luận về những đức tính mà một người cao thượng có, hãy cố gắng trở thành người như vậy.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Chỉ nói mà không làm thì cũng như là không nói

Con người sống trên đời khó tránh khỏi việc bàn luận về người khác, cũng không thể tránh khỏi bị người khác bàn luận, đó là chuyện rất bình thường. Nhưng trong mắt Marcus Aurelius, những người thích bình phẩm về phẩm chất cao thượng của người khác mà bản thân mình lại không làm được như vậy thì không đáng để nhắc đến. Bởi bàn luận về những điều đó cũng đâu có ý nghĩa gì, trừ nên cao thượng mới là điều quan trọng nhất.

Thế nào là chỉ nói mà không làm? Triệu Quát thời Chiến quốc chính là một ví dụ điển hình. Triệu Xa - cha Triệu Quát là một danh tướng, từng lập bao chiến công hiển hách. Triệu Quát từ nhỏ đã thám nhuần và đam mê quân sự, bèn bắt đầu học binh pháp, đọc thông các binh thư. Một lần, Triệu Quát và Triệu Xa cùng bàn về chiến thuật, tất cả những vấn đề mà Triệu Xa đưa ra cũng không làm khó được Quát, song ông không hề khen ngợi con trai. Mẹ Quát thấy vậy bèn hỏi nguyên do, Triệu Xa đáp: “Đánh trận là chuyện liên quan đến sống chết, Quát Nhi lại vẫn còn quá khinh suất. Nếu Triệu Vương không cho nó làm tướng quân thì tốt, còn nếu cho nó cầm binh đánh trận thì lành ít dữ nhiều.” Sau này, Triệu Quát thay danh tướng Liêm Pha cầm quân, do không có kinh nghiệm quản lí nên khiến cho toàn quân rối loạn. Khi giao tranh với quân Tần, tướng quân nước Tần là Bạch Khởi dùng chiến thuật hư thực kết hợp, lấy kỵ binh chặn đường tiếp lương thảo của quân Triệu, hình thành thế bao vây quân Triệu. Triệu Quát đành dẫn tinh binh đột phá vòng vây, cuối cùng trúng tên mà chết. 40 vạn quân Triệu đầu hàng. Từ đó, nước Triệu mất đi đội quân chủ lực chống lại nước Tần, thế lực của Triệu dần suy yếu, cuối cùng bị nước Tần thôn tính. Triệu Quát chính là ví dụ điển hình cho việc chỉ biết nói mà không biết làm, nói đến lí thuyết quân sự thì không ai sánh bằng, nhưng hễ lâm trận thì lóng ngóng vụng về, chỉ một trận thảm bại mà đã phải đánh đổi bằng sự suy vong của cả một quốc gia.

Người thực sự có tài là người biết chú trọng thực tiễn chứ không ham bàn lí thuyết suông. Ví dụ như Tư Mã Thiên thời nhà Hán, sau khi chịu cung hình, cuộc sống của ông có thể nói là dưới đáy cùng tuyệt vọng. Lúc đó, ông nhận thức được rằng dẫu có nói nhiều cũng vô dụng, vì thế nên ông nhịn nhục, miệt mài làm việc, không quản ngày đêm để viết nên tác phẩm Sứ ký lưu danh muôn đời. Ngày nay, bộ kiệt tác lịch sử vĩ đại này đã trở thành cuốn sách gói đầu giường của rất nhiều nhà sử học. Chúng ta đã bao giờ nghe thấy chuyện Tư Mã Thiên tự mãn vì có được thành công như vậy chưa? Từ đầu đến cuối, ông luôn dùng sự miệt mài để đáp trả lại nhục nhã, đó mới là thái độ sống của người có trí tuệ lớn. Dù gặp phải khó khăn gì, chúng ta cũng đều nên giành thời gian quý báu của mình để giải quyết vấn đề, thay vì ngồi đó mà than vãn hay bàn luận suông.

Bạn là chim vẹt hay chim gõ kiến

Cái lưỡi của vẹt

Có câu “Nói như vẹt”, con vẹt nhở vào cái lưỡi dẻo quẹo mà được mọi người yêu thích, nhưng ngoài biết nói ra thì đường như nó chẳng có tài cán gì đáng kể.



Nếu bạn có cái lưỡi của con vẹt, hãy thử nghĩ xem liệu mình có tật chỉ nói mà không làm hay không. Nếu có, bạn hãy thay đổi cách làm việc của mình, nếu tạm thời không thể hình thành ngay thói quen “Làm thật” thì tốt nhất hãy thử yên lặng, nói ít đi một chút và lắng nghe nhiều hơn một chút.

ÔI, CÂU NÀY ĐƠN  
GIẢN QUÁ, TÓ  
LÀM DỄ NHƯ TRỞ  
BẢN TAY ẤY MÃ!

THẾ À? VẬY CẬU  
NÓI CHO TÓ BIẾT  
CÁCH LÀM ĐI.

UHM... TÓ CÓ CHÚT  
VIỆC PHẢI ĐI ĐÃ.

.....

### Cái mỏ của chim gõ kiến

Chim gõ kiến không biết nói như vẹt nhưng lại đẽ lại ăn tượng sâu sắc với người khác bằng chính thành tích đáng nể và thiết thực của mình.



Nếu bạn là một chú chim gõ kiến, thì ngoài việc làm tốt những việc trong phận sự của mình, bạn hãy thử học nói như chim vẹt. Có lúc, chỉ làm mà không nói cũng dễ bị người khác đánh giá thấp, nói đúng lúc đúng chỗ chắc chắn rất có lợi.



### Bài học quan trọng

Thực ra có là chim gõ kiến hay chim vẹt cũng đều không quan trọng, cái chính là bạn có nghị lực và tinh thần làm việc thật không. Nếu bạn biết làm nhưng lại không biết nói thì sớm muộn gì cũng có ngày tài năng của bạn được tỏa sáng. Hãy tin rằng có cho đi tất có nhận lại, chắc chắn sẽ có ngày ta nhìn thấy ánh sáng của hi vọng.

## THAN

### Nguyên văn

*Khi bạn bức bối bởi vì lỗi lầm của người khác, hãy nhìn lại mình và nghĩ xem liệu mình có mắc phải lỗi tương tự như vậy không, ví dụ như cho rằng tiền bạc, lạc thú hay chút danh vọng là thứ tốt đẹp. Bởi qua việc chú ý đến những điều đó, bạn sẽ nhanh chóng quên đi sự phẫn nộ của mình, bạn cũng có thể hiểu thêm điều này nữa: Khi một người bị ép buộc thì sao anh ta có thể không làm như vậy được? Nếu có thể, hãy tự giải tỏa áp lực cho mình.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Nhin nhận khuyết điểm của người khác bằng con mắt khắc nghiệt thường khiến ta trở thành người không được yêu mến

Khắc nghiệt với người khác, khoan dung với bản thân, đó là sai lầm mà con người dễ mắc phải nhất. Qua suy ngẫm, Marcus Aurelius đã rút ra được bí quyết để hòa hợp với người khác: Khi bạn bức tức vì người khác mắc sai lầm, hãy thử nghĩ xem mình có từng mắc phải sai lầm tương tự hay không. Đó chính là cách để xoa dịu cơn giận dữ bằng việc “suy nghĩ trên phương diện của người khác”, đồng thời còn có thể khiến cho sự việc phát triển theo chiều hướng thuận lợi hơn.

Carnegie luôn cho rằng, muốn hòa hợp với người khác thì phải biết tôn trọng đối phương, câu chuyện của ông với cháu gái chính là một ví dụ điển hình cho nguyên tắc này. Khi Josephine - cháu gái của Carnegie tròn 19 tuổi và vừa mới tốt nghiệp trung học, cô bé đã đến làm thư ký ở công ty của Carnegie. Một cô gái 19 tuổi, lại không chút kinh nghiệm xã hội nào thì mắc lỗi là điều không tránh khỏi. Rất nhiều lần Carnegie phải đau đầu vì những sai sót mà Josephine gây ra, song ông lại không biết phải trách mắng cô bé như thế nào. Một hôm, Carnegie chợt nghĩ ra rằng: Josephine mới 19 tuổi, còn tuổi mình thì gấp đôi con bé, lại trải đời hơn con bé nhiều lần. Sao mình có thể mong chờ một cô nhóc như vậy có khả năng quan sát và phán đoán như mình được? Làm vậy thật không công bằng!

Lần no, Josephine lại mắc lỗi trong công việc, Carnegie nói với cháu mình rằng: “Josephine, con mắc sai lầm, nhưng Thượng đế biết rõ rằng sai lầm mà ta mắc phải còn tệ hơn con nhiều. Con không thể nào vừa sinh ra đã biết hết mọi thứ, kinh nghiệm phải không ngừng tích lũy mới có được, khi ta bằng tuổi con, ta còn kém hơn con nhiều. Cứ nghĩ đến những chuyện ngốc nghênh mà ta đã làm trước đây là ta lại thấy xấu hổ, vì thế mà ta không muốn phê bình, mắng mỏ người khác chút nào. Con có nghĩ rằng làm vậy sẽ là sáng suốt hơn không?” Josephine nghe xong thì biết ý gật đầu. Từ đó, cô bé làm việc chuyên tâm hơn, công việc ngày càng thuận lợi, dần dần trở thành trợ thủ đắc lực cho Carnegie.

Sao chúng ta không làm như Carnegie, ngay từ đầu đã thừa nhận những sai lầm mà mình có thể mắc phải, rồi moi nghĩ đến chuyện phê bình người khác? Bởi làm như vậy chẳng những lời phê bình của ta không đến nỗi quá khó nghe mà đối phương cũng dễ dàng tiếp nhận hơn. Hãy nhớ một bí quyết trong giao tiếp xã hội: Đừng bao giờ thể hiện mình như một đáng toàn năng, biết khiêm tốn và thận trọng thì mới có thể có được nhiều bạn bè.

Nắm vững bí quyết của việc biết nghĩ

## cho người khác

Con lợn, con cừu và con bò sữa cùng bị nhốt vào trong một cái chuồng. Một hôm, chủ trại chuồng bị bắt lợn ra ngoài, con lợn kêu gào thảm thiết, giãy giụa không ngừng. Cừu và bò sữa không quen với tiếng kêu gào của lợn, bèn nói: “Chúng tôi thường xuyên bị ông chủ bắt đi mà cũng không mất bình tĩnh như anh!” Lợn nghe xong thì bảo: “Ông ấy bắt các anh đi chẳng qua là lấy lông và sữa của các anh, còn ông ấy bắt tôi là để lấy mạng tôi!”

### Tư duy thông thường

Chúng ta và lợn cùng là động vật, cái mà ông chủ cần chỉ là lông và sữa, vì thế tiếng kêu gào của lợn rất khó nghe.



Điều này thường khiến chúng ta bỏ qua cảm nhận của người khác, chỉ làm theo cách hiểu của mình, từ đó dẫn đến nảy sinh vấn đề trong các mối quan hệ xã hội, công việc trở nên khó khăn hơn.

### Biết suy nghĩ trên phương diện của người khác

Lợn không giống với chúng ta, cái mà ông chủ muốn ở lợn là thịt của nó, vì thế ta nên thông cảm với phản ứng kêu gào của nó.



Cách tư duy này khiến cho chúng ta hiểu được suy nghĩ của người khác, khi làm việc sẽ dễ ý đến cảm nhận và lợi ích của người khác. Dần dần, nhất định sẽ hình thành được những mối quan hệ xã hội tốt đẹp.

NGHE NÓI ANH  
ẤY LẠI BỊ SÉP  
MẮNG NỮA.

BIẾT LÀM SAO  
ĐƯỢC, AI BẢO ANH  
ẤY NGỐC HƠN  
NGƯỜI KHÁC CHỨ?



NGHE NÓI ANH  
ẤY LẠI BỊ SẾP  
MẮNG NỮA.

ĐẠO NÀY MẸ ANH  
ẤY BỊ ỐM, CHẮC  
LÀ TINH THẦN BỊ  
ẢNH HƯỞNG.



### Bài học quan trọng

Bí quyết của việc biết nghĩ cho người khác chính là hãy suy nghĩ kĩ khi gặp chuyện: Nếu mình là người kia thì nên làm thế nào? Như vậy có thể xóa bỏ những quan điểm phiến diện và thành kiến trong lòng, trở thành một người vị tha, biết suy nghĩ cho người khác.

## Nguyên văn

Hãy nhớ rằng, thú thao túng bạn nằm ẩn bên trong bạn, đó chính là sức mạnh của niềm tin, là sinh mạng, và đó chính là con người. Khi suy ngẫm về bản thân, tuyệt đối không được bao hàm cả thể xác của bạn và những thứ phụ thuộc vào nó, bởi chúng chính là một lưỡi rìu, chỉ khác biệt ở chỗ nó thuộc về cơ thể chúng ta. Do không có nguồn gốc thúc đẩy và kiềm chế chúng, nên những bộ phận ấy quả thực không có ích lợi bằng cây kim của người thợ may, cây bút của nhà văn và chiếc roi của người du mục.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Niềm tin có thể tạo nên kì tích

Thế nào là niềm tin? Marcus Aurelius cho rằng, niềm tin chính là sức mạnh không nhìn thấy được và tiềm ẩn trong cơ thể, là nguồn gốc của sức sống. Có khi, sức mạnh được sinh ra bởi niềm tin mãnh liệt đến mức vượt ngoài sức tưởng tượng của chúng ta. Nếu chúng ta biết cách sử dụng sức mạnh của niềm tin thì sẽ có thể đạt được những thành công không ai sánh được.

Ở châu Phi từng xảy ra một chuyện có thật như sau. Một hôm, có sáu người thợ mỏ đang làm việc thì bỗng nhiên hầm mỏ sập xuống, lối ra bị kín, họ không thể nào liên lạc với bên ngoài. Những người thợ mỏ nhờ kinh nghiệm nên biết được rằng, vấn đề lớn nhất mà họ phải đối diện không phải là đói khát mà là thiếu dưỡng khí, chỗ không khí còn lại chỉ đủ cho họ trong ba tiếng đồng hồ.

Trong sáu người thợ ấy, chỉ có một người mang đồng hồ, vì vậy, họ quyết định rằng cứ 30 phút, người có đồng hồ lại báo giờ một lần. 30 phút đầu tiên trôi qua, người thợ có đồng hồ nói: “Đã qua nửa tiếng rồi.” Song trong lòng anh ta cảm thấy vô cùng bất an, bởi cứ mỗi phút trôi qua thì họ lại càng gần hơn với Tử thần. Anh ta chợt nảy ra một cách khiến cho mọi người không phải chết trong bất an và sợ hãi. Khi 30 phút lần thứ hai trôi qua, anh ta không nói gì mà đợi qua 15 phút sau mới nói: “Đã qua một tiếng rồi.” Thực tế, họ đã ở trong cơn hầm sập được 75 phút. Cứ như vậy, người thợ mang đồng hồ không ngừng kéo dài thời gian, còn những người thợ kia vì thiếu dưỡng khí mà lần lượt rơi vào trạng thái hôn mê. Bốn giờ đồng hồ trôi qua, cuối cùng, nhân viên cứu hộ cũng khai thông hầm mỏ, cứu sáu người thoát ra ngoài, như bình thường thì họ đã ngạt thở mà chết từ lâu, song có đến năm người còn sống sót, chỉ có duy nhất người thợ mang đồng hồ là đã chết. Không khó để tưởng tượng ra điều kì diệu trong câu chuyện này, cả sáu người thợ đều tự đặt cho mình thời gian tử vong là ba tiếng đồng hồ, người biết được thời gian chính xác không hề thay đổi niềm tin ấy, còn những người không biết thời gian thì lại nhờ vào niềm tin mà sống sót, bởi họ luôn nghĩ rằng: Thời gian vẫn còn.

Chúng ta thường kinh ngạc vì những chuyện xảy ra xung quanh mình, như chuyện một bà mẹ vì cứu con mà nâng được cả ô tô. Rốt cuộc thì điều gì đã khiến họ tạo nên kì tích? Cho dù là tình mẫu tử hay tín ngưỡng thì cũng đều là niềm tin, đều có thể đem lại sức mạnh to lớn cho con người ta. Khi gặp khó khăn, tại sao chúng ta không thử dùng niềm tin để vượt qua điều đó?

### Phân tích sức mạnh của niềm tin

### Mẹ cứu con

Trong lòng người mẹ luôn có một niềm tin rằng: Nếu mình không nâng được chiếc xe này thì con trai mình có thể sẽ bị xe đè chết, mà mình thì không thể đè mất con được. Điều ấy khiến cho bà mẹ phát huy được sức mạnh phi thường.



### Giáo đồ chặt chân tay

Giáo đồ cho rằng thời khắc để thể hiện dũng khí của mình với Thượng đế đã đến, so với đau đớn, anh ta coi trọng đôi mắt vô hình của Thượng đế hơn nhiều, thế nên nỗi đau thể xác không thể làm dao động niềm tin ban đầu của anh ta được.



### Người không có niềm tin

Làm việc mà không có niềm tin, khi gặp phải khó khăn thì dễ nảy sinh cảm giác bi quan, lo lắng, lại khó lòng kịp thời điều chỉnh tâm trạng, thoát khỏi cảnh khó khăn. Thậm chí nhiều người còn bỏ cuộc giữa đường, nghĩ rằng mình “không có năng lực”. Vào thời điểm quan trọng, do thiếu niềm tin, nên dẫn đến coi thường khả năng của bản thân.



### Người có niềm tin

Xây dựng cho mình niềm tin nhất định trước khi làm việc sẽ có thể giữ cho tâm trạng luôn thoải mái, gặp chuyện cũng không nóng nảy, làm việc có nguyên tắc. Khi gặp phải khó khăn thì có niềm tin mãnh liệt rằng, mình nhất định sẽ đạt được mục tiêu đã định nên sẽ nhanh chóng nghĩ ra cách giải quyết. Những người như vậy



thường có tính cách lạc quan, tràn đầy tự tin.

### Bài học quan trọng

Có niềm tin và giành được sự tự tin là hai chuyện có liên hệ tương hỗ với nhau, niềm tin có thể giúp ta đến gần hơn với thành công, tăng thêm lòng tự tin. Nhưng nếu không có niềm tin thì lòng tin sẽ bị giảm sút, vào thời khắc quan trọng sẽ đánh mất chính mình.

## PHẦN 11 > GIÀU LÒNG NHÂN ÁI

Một người được yêu mến và kính trọng tất sẽ là người giàu lòng nhân ái. Trong mắt Marcus Aurelius, nhân ái không chỉ thể hiện qua việc quyên tặng vật chất mà còn phải xuất phát từ đáy lòng.

- Nhân ái là bản tính
- Tất cả bắt đầu từ hiện tại
- Chú trọng mối quan hệ giữa người với người
- Chín quy tắc nhẫn nhịn
- Đừng tùy tiện yêu cầu người khác
- Học cách phục tùng quy tắc
- Tranh cãi là vô nghĩa



### 1 NHÂN ÁI LÀ BẢN TÍNH

#### Nguyên văn

Ta đã bao giờ làm được việc gì vì lợi ích cộng đồng hay chưa? Phải, ta có được sự khen ngợi nhờ chính bản thân mình. Hãy để tâm hồn ta luôn nhớ về điều ấy, đừng bao giờ ngừng lại hành động thiện nghĩa ấy.

### LỜI VÀNG Ý NGỌC

Tù thiện thực sự là ở trái tim, không phải ở đồng tiền

Thế nào là Thiện? Marcus Aurelius không chỉ một lần nhắc đến khái niệm này, ông cho rằng

Thiện chính là làm những chuyện phù hợp với lợi ích cộng đồng, hành thiện cũng chính là trao phần thưởng cho bản thân mình. Vậy, ý nghĩa của Thiện là gì? Tại sao xã hội ngày nay lại có vô số nhà từ thiện đang cống hiến hết mình, không biết mệt mỏi?

Xã hội loài người từng tồn tại “giai cấp” trong suốt một thời gian dài. Ví dụ, hoàng đế thường tự xưng là “Thiên tử”, sinh ra đã có đặc quyền đặc lợi, ngự trên ngôi cao, nắm quyền thống trị muôn dân. Những điều cực đoan tồn tại trong chế độ đó có thể dễ dàng thấy được, bởi sự bất bình đẳng tồn tại dai dẳng, đèo bám con người ta từ khi sinh ra đời cho đến tận khi chết đi. Nếu có huyết thống hoàng tộc, dù năng lực có tầm thường đến đâu đi nữa cũng vẫn có thể thăng quan tiến chức, nhưng nếu gia cảnh bần hèn thì dù tài hoa đến mấy cũng chỉ đành sống hèn mọn cho đến hết đời, sự bất bình đẳng này là nguyên nhân chính gây ra khoảng cách giàu nghèo trong xã hội phong kiến thời bấy giờ. Trong thời đại ngày nay, tuy về mặt hình thức, sự bất bình đẳng đã được cải thiện, song con người ta vì nhiều lí do như năng lực bản thân, cơ hội thăng tiến... nên vẫn tồn tại khoảng cách giàu nghèo. Từ góc độ xã hội thì mục đích ra đời của từ thiện chính là làm hết sức mình để xóa bỏ khoảng cách giàu nghèo. Cách thức thường thấy nhất của hoạt động từ thiện là quyên góp tiền của, có nhiều người coi việc quyên tiền và từ thiện ngang hàng với nhau, đó là cách nghĩ sai lầm.

Ở Hàn Quốc có một cán bộ cấp cao trong một công ty, nhờ những nỗ lực của bản thân mà ông trở thành cổ đông quan trọng của công ty, tài sản cá nhân lên đến hàng tỉ đô la Mĩ. Một lần đi công tác ở châu Phi, sau khi sống vài tuần ở một ngôi làng nhỏ ở Congo, ông về nước và kiên quyết từ bỏ công việc, mang hết gia sản cùng người nhà sang Congo. Trước tiên, ông xây nhà ở cho người dân bản địa, hơn nữa còn quyên tặng đồ dùng sinh hoạt cho họ. Sau này, ông nhận ra việc làm của mình cũng chỉ như muối bỏ bể, tài sản của mình chẳng mấy chốc rồi sẽ tiêu hết. Ông nghĩ đến vấn đề cơ bản nhất – Giáo dục, thế là ông liền cho xây dựng trường Tiểu học và Trung học, giúp người dân bản địa tiếp thu kiến thức. Đồng thời, ông tìm cách thu hút nhân tài về kĩ thuật nông nghiệp từ nước ngoài để dạy cho người dân bản địa cách nâng cao sản lượng lương thực. Nhiều năm sau, ông không còn là tỉ phú, cũng chẳng còn những đồ dùng xa xỉ nữa. Khi được phóng viên phỏng vấn, ông nói: “Giàu có chẳng có ý nghĩa gì cả, khi nhìn thấy những đứa trẻ nở nụ cười vì được ăn no, được học hành, áy chính là niềm vui lớn nhất của tôi.” Có thể thấy rằng, ông đã tìm được chân lí của cái Thiện – đó chính là Nhân ái.

Khi chúng ta nhìn thấy những người gặp bát hạnh, khó tránh khỏi thấy xót xa trong lòng, hãy rộng lượng chia sẻ tiền bạc của mình. Đồng thời, hãy nhớ lấy câu nói “Thiện vì Thiện”, khi có ý định làm việc thiện, trước tiên hãy hỏi bản thân: Mình có thực sự có một trái tim từ thiện?

### Ý nghĩa của từ thiện

**Số. 1** Từ góc độ vi mô, có thể giúp đỡ người khác, khơi dậy tình yêu thương của chính mình

Mục tiêu đầu tiên của từ thiện chính là giúp đỡ người khác, thông qua những hành động từ thiện để giúp những người gặp khó khăn thoát khỏi cảnh khốn cùng, sự cho đi này thường không đòi hỏi được đền đáp. Từ thiện là một hành động vô tư, tự nguyện, là sự phát triển của tình yêu thương, là bàn đạp thúc đẩy sự hài hòa giữa người với người, là kết quả tất yếu của sự phát triển trong xã hội văn minh.

Tháng 12 năm 2006, chủ tịch tập đoàn Microsoft Bill Gates tuyên bố, trong vòng 50 năm sau ngày ông mất, sẽ đem quyên tặng toàn bộ 60 tỉ đô la Mĩ của quỹ từ thiện Gates, trong đó hạn mức quyên góp của cá nhân ông lên đến 24 tỉ đô la. Ngoài ra, ông

còn đích thân đến các quốc gia nghèo đói hoặc đang phát triển để triển khai các hoạt động từ thiện, ông đã công hiến rất nhiều tâm sức cho sự nghiệp phòng tránh HIV/AIDS và giải quyết nạn đói nghèo.



### Số.2 Từ góc độ vĩ mô, có thể thúc đẩy xã hội phát triển cân bằng

Xét từ góc độ xã hội, ý nghĩa của từ thiện chính là cai thiện khoáng cách giàu nghèo. Cho dù tài sản quyên góp là ít hay nhiều, hình thức quyên góp có thay đổi ra sao thì những người nhận được quyên góp vẫn có được sự giúp đỡ nhất định. Đừng coi thường sức mạnh của mỗi cá nhân, chỉ cần mỗi người trên thế giới này quyên tặng một đồng thì cũng sẽ tạo nên được khối tài sản vô cùng to lớn.

Quỹ từ thiện do diễn viên nổi tiếng Lí Liên Kiệt thành lập đã quyên được số tài sản rất lớn từ xã hội, mỗi khi có thiên tai, quỹ đều cố gắng đóng góp hết sức mình. Ý nghĩa của Quỹ từ thiện nằm ở chỗ, sức mạnh của một người là có hạn, nhưng nếu tập hợp được sức mạnh của mọi người, tập hợp được tài sản phân tán trong xã hội thì hiệu quả mà nó đem lại sẽ vượt quá sức tưởng tượng của chúng ta.



### Bài học quan trọng

*Chúng ta đừng bao giờ coi thường sức mạnh của một người, khi sức mạnh của tất cả mọi người được tập hợp lại với nhau thì sẽ sinh ra năng lượng to lớn. Vì vậy, đừng vì sức mình nhỏ bé mà làm ngơ trước việc từ thiện, tôn chỉ của từ thiện không nằm ở số lượng tài sản quyên góp mà ở chỗ liệu ta có một trái tim nhân ái hay không.*

## Nguyên văn

*Điều này xem ra rất rõ ràng: Không có điều kiện sống nào phù hợp với Triết học hơn điều kiện sống hiện tại của bạn.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Kế hoạch rất quan trọng, nhưng thực hiện nó còn quan trọng hơn

Có người luôn than thở: Nếu mình được sống như thế thì tốt biết bao! Nhưng ngoài việc than thở thì anh ta không hề có hoặc không chịu bắt tay vào hành động, cả đời chỉ biết than vãn mà thôi. Marcus Aurelius nói với chúng ta rằng: Nếu bạn có dự định gì thì hãy lập tức hành động, đừng bỏ lỡ thời gian.

Sự nghi ngờ và do dự có thể đem lại hậu quả gì? Các bạn hãy tìm cho mình đáp án qua câu chuyện sau đây. Trước kia, có một con mèo rất lợt hại, nó đã bắt được không biết bao nhiêu là chuột, trở thành nỗi khiếp sợ của họ hàng nhà chuột. Lũ chuột vì sinh tồn mà cực chẳng đã phải triệu họp toàn thể họ tộc để bàn cách đối phó với mèo, có con đề nghị đánh thuốc độc cho mèo, có con thì đòi quyết một phen sinh tử với mèo. Tất cả những cách đó đều không được đại hội thông qua. Cuối cùng, một con chuột đức cao vọng trọng nói: “Chúng ta hãy chọn ra một chú chuột dũng cảm để chú ta đeo lục lạc vào cổ mèo, chỉ cần con mèo khẽ động là lục lạc sẽ rung lên, chúng ta cũng sẽ có đủ thời gian để lẩn trốn.” Cá họ tộc nhà chuột đều nhất trí tiến hành cách đó, thế là chúng bắt đầu tiến hành bầu chọn “dũng sĩ” Chuột, nhưng mất rất nhiều thời gian mà vẫn chưa tìm được “dũng sĩ” nào. Đúng lúc ấy, mèo bông từ đâu tiên đến, làm cho cả lũ chuột sợ mất vía, bỏ chạy tán loạn.

Nhiều khi, chúng ta không phải là không có cách gì hay, nhưng lại vì bỏ lỡ thời cơ mà tay trắng ra về, vì vậy làm việc gì cũng nhất định phải nhớ câu “Binh quý ở thần tốc”. Thời Tam Quốc, Tào Tháo thắng Viên Thiệu ở trận Quan Độ, giết Viên Đàm - con trưởng của Viên Thiệu, hai người con khác của Viên Thiệu là Viên Thượng và Viên Hi chạy về đầu quân dưới trướng thủ lĩnh tộc Ô Hoàn tộc là Đạt Đồn Thiên Vu. Tào Tháo muốn phái binh truy kích Viên Thượng và Viên Hi nhưng lại lo đường xa trắc trở, phần thắng không nhiều. Quách Gia sau khi phân tích thế cục thì nói với Tào Tháo: “Quân Ô Hoàn cậy mình địa thế xa xôi hiểm trở nên nhất định không có phòng bị gì, ta đột kích chắc chắn sẽ đánh bại chúng. Nếu bỏ lỡ thời cơ thì chính là cho Viên Thượng và Viên Hi cơ hội phản công.” Tào Tháo nghe theo, bèn dẫn quân xuất chinh, lúc này Quách Gia lại nói: “Binh quý ở thần tốc, chúng ta vượt đường xa vạn dặm, nếu hành động chậm chạp sẽ dễ dàng bị người Ô Hoàn phát giác mà có kế sách phòng bị. Chi bằng hành trang gọn nhẹ lên đường, lợi dụng lúc quân địch còn chưa phòng bị mà tấn công.” Tào Tháo y kế, dẫn quân đánh thẳng vào căn cứ của Đạt Đồn Thiên Vu. Quân Ô Hoàn không có phòng bị, thất bại thảm hại, còn Viên Thượng và Viên Hi phải trốn sang đất Liêu Đông, cuối cùng bị Thái thú Liêu Đông là Công Tôn Khang tiêu diệt.

Quá trình toàn thắng của Tào Tháo, tất cả được gói gọn trong chữ “Nhanh”. Trong thời đại ngày nay cũng vậy, nếu có kế hoạch thì phải tranh thủ thời gian tiến hành ngay, nếu không sẽ có thể bỏ lỡ thời cơ, vuột tay khỏi chiến thắng.

Thay vì nuối tiếc, hãy hành động

Một người đứng bên bờ biển xem ngư dân đánh cá, vẻ mặt vô cùng ngưỡng mộ, anh ta nói với người ngư dân vừa trở về với đầy ắp cá: "Anh giỏi thật đấy, bắt được bao nhiêu là cá."



Ngư dân nói: "Anh cũng có thể bắt được cá mà!"

Người kia nói: "Nhưng tôi không có lưới đánh cá!"

Ngư dân nói: "Thế sao anh không đan lưới?"



### Bí quyết nâng cao khả năng thực hiện

#### Sóng thực tế

Dựa theo kế hoạch mà phân chia trình tự công việc, đừng vì nóng nảy mà đánh mất trình tự. Nhất định phải làm theo thứ tự, tiến hành từng bước.

#### Tăng tốc

Tăng nhanh tốc độ, nâng cao hiệu quả. Bí quyết của việc này nằm ở chỗ tranh thủ từng giây từng phút để làm việc quan trọng nhất, nắm vững trọng điểm, có vậy mới bách chiến bách thắng.

SÁNG NAY CÓ  
TỔNG CỘNG BA  
BUỔI PHÒNG VĂN,  
EM PHẢI TRANH  
THỦ THỜI GIAN ĐẤY

VÂNG EM ĐÃ  
SẮP XẾP THỨ  
TỰ ĐẦU VÀO  
ĐẤY CẢ RỒI.





### Bài học quan trọng

Mọi người đều cho rằng làm việc nhanh chóng là kết quả của tính thiếu kiên trì và nghị lực. Nhưng có lúc đó cũng là do hành động chậm chạp gây nên, thời gian trì hoãn càng dài thì khó khăn gấp phải càng nhiều, cũng càng dễ bỏ cuộc. Vì vậy, hành động càng nhanh thì càng ít gấp phải trả ngai.

## Nguyên văn

Một nhánh cây chặt ra từ cành chắc chắn cũng là được chặt từ một cây hoàn chỉnh. Vì vậy, nếu một người chia cách khỏi người khác thì anh ta cũng bị chia tách khỏi toàn xã hội. Đối với nhánh cây thì đó là do vật khác chia cắt nó, còn đối với con người thì bị chia tách khỏi những người xung quanh là bởi chính hành vi của anh ta. Khi anh ta thù hận và không quan tâm đến những người xung quanh mình, anh ta không biết rằng làm vậy cũng có nghĩa là khiến cho mối liên hệ giữa mình và toàn xã hội bị đứt rời. Song anh ta vẫn có một đặc quyền là tự tạo ra xã hội, nhờ thế mà dần dần quay lại, tiếp cận với chúng ta, trở thành một phần có ích cho toàn thể xã hội, điều này hoàn toàn nằm trong khả năng của chúng ta.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Đề cao mối quan hệ xã hội thì mới có thể thành đại sự

Marcus Aurelius nhấn mạnh rất nhiều lần rằng con người là một bộ phận không thể tách rời khỏi xã hội, nếu một người lựa chọn xa lánh những người xung quanh thì cũng có nghĩa là anh ta sẽ bị chia tách khỏi toàn xã hội. Mối quan hệ giữa người với người thực sự quan trọng đến vậy sao? Có lẽ sau khi đọc xong câu chuyện dưới đây, bạn sẽ có được đáp án cho mình.

Công ty xe hơi Ford của Mỹ có một chi nhánh ở bang New Jersey, vì quản lý không tốt nên doanh số của chi nhánh vô cùng tệ hại; do đó, tổng công ty đã điều một giám đốc đến để cứu vãn tình hình. Vì giám đốc đến nhậm chức không lâu thì phát hiện ra vấn đề của chi nhánh, hóa ra quy trình sản xuất trong nhà xưởng đã ngăn cản sự giao tiếp giữa các công nhân. Ngoài ra, do nhà xưởng phải đối mặt với việc phá sản nên vị giám đốc tiền nhiệm ra sức yêu cầu mọi người tăng ca, nỗ lực sản xuất hơn nữa, mọi người không còn thời gian cùng nhau ăn cơm và thư giãn. Vì vậy mà tinh thần của công nhân xuống dốc, ngày ngày ngoài việc lạnh lùng làm việc, thì hầu như không có bất cứ sự giao tiếp nào giữa mọi người. Quan hệ đồng nghiệp cũng vì thế mà bát đầu xấu đi, chỉ cần gặp phải một vấn đề nhỏ là mọi người đã tranh cãi kịch liệt.

Trước tình hình đó, vị giám đốc mới nhậm chức bắt đầu công cuộc tiến hành cải cách. Trước tiên, ông quyết định công ty sẽ chịu chi phí ăn trưa của công nhân, hi vọng mọi người sẽ ăn trưa ở nhà ăn của công ty. Ngày hôm sau, khi mọi người tụ tập ở nhà ăn, giám đốc bắt đầu bài diễn văn khích lệ, cổ vũ mọi người cùng sát cánh với công ty, cổ gắng vượt qua cửa ải khó khăn này. Các công nhân nghe xong, tâm trạng đều được giải tỏa rất nhiều, còn bắt đầu trò chuyện với nhau. Mỗi buổi trưa, giám đốc còn đặt riêng một bàn nướng, tự tay nướng thịt cho mọi người. Trong suốt quá trình ấy, ông đề nghị mọi người thoải mái bày tỏ ý kiến, phản ánh các vấn đề trong nhà xưởng, đồng thời tích cực tìm tòi, tiếp thu các biện pháp giải quyết. Chính nhờ quá trình giao tiếp như vậy mà ông đã không những nâng cao được tinh thần lạc quan, tích cực trong công nhân, mà còn cải thiện được mối quan hệ giữa mọi người, tất cả cùng chung tay hiệp sức, trong vòng chưa tới nửa năm đã vực dậy chi nhánh, nâng cao doanh thu.

Vậy bí quyết thành công của vị giám đốc đó nằm ở đâu? Chính là khiến cho những người công nhân đã từng coi nhau như người xa lạ cùng ngồi lại với nhau, tạo nên một tập thể gắn kết vững chắc. Đồng thời, ông cũng hiểu được rằng muốn giải quyết vấn đề thì phải chú ý đến cách thức phù hợp, chỉ có hiểu rõ suy nghĩ của người khác thì mới có thể cải thiện chế độ quản lí của công ty, tạo dựng môi trường hài hòa, thân thiện.

## Làm thế nào để gây dựng mối quan hệ xã hội tốt đẹp

### Chú trọng tu dưỡng bản thân

Tu dưỡng bao gồm cả tư cách đạo đức và vẻ đẹp bên ngoài. Tu dưỡng phẩm chất bên trong đòi hỏi thường ngày phải chăm chỉ tích lũy kiến thức và kinh nghiệm, để khí chất thân thiện toát ra từ bên trong. Ngoài ra, chúng ta còn phải chú ý đến thần thái, khẩu khí khi nói chuyện, có gắng giữ hòa nhã, có vay mỉm khiến cho người khác thấy ta là người dễ gần.



### Đề ý chi tiết

Chi tiết quyết định thành bại, một người thô lỗ, vô tâm thì khó có thể để lại ấn tượng tốt đẹp với người khác. Ví dụ, trước khi vào phòng nên gõ cửa, thể hiện sự tôn trọng người khác; khi nói chuyện, phải nhìn vào mắt đối phương, nếu không sẽ gây ra hiểu lầm. Một người cư xử chu đáo, tinh tế thì chắc chắn sẽ có được các mối quan hệ tốt.



### Biết suy nghĩ cho người khác

Khi người khác đã bận ngập đầu ngập cổ thì tốt nhất đừng mang thêm việc cho họ; khi người khác gặp khó khăn, hãy hết lòng giúp đỡ. Có lúc, cho dù phải hi sinh lợi ích của bản thân thì cũng không nên nề hà, bởi điều đó sẽ giúp cho bạn có được tình bạn mà ngay cả tiền bạc cũng không mua được.



### Đừng che giấu ưu điểm của mình

Muốn để lại ấn tượng sâu đậm cho người khác thì không nên cố tình che giấu ưu điểm của mình. Nếu chúng ta biết ăn nói thì đừng giả vờ ngậm hột thị; nếu ta điềm tĩnh ít nói thì cũng đừng cố tỏ ra hay nói hay cười. Thể hiện ưu điểm chân thật nhất của bản thân sẽ khiến cho người khác có cảm hứng tìm hiểu thêm về bạn.

### Bài học quan trọng

Muốn có được những mối quan hệ tốt thực ra không cần phải cố tình thay đổi bản thân. Nếu chúng ta không biết ăn nói, hãy dùng sự chân thành đối đãi với mọi người, như vậy dù không cần dùng trăm lời vạn ý cũng có thể có được tri kỷ.



### Nguyên văn

Hãy nhớ chín quy tắc này, coi nó như những món lẽ vật mà bạn lấy được từ các nữ thần Muses. Song bạn bắt buộc phải tránh việc nịnh hót người khác, và cũng không được vì họ mà sinh ra phiền muộn, bởi hai điều đó đều được tạo ra bởi sự phản lại xã hội. Khi bạn bị kích động, hãy để điều này hiện lên trong tâm trí bạn: Bởi kích động chứng tỏ mình thiếu bản lĩnh nam nhi, còn hòa nhã, thiện lương sẽ khiến con người ta càng thêm vui vẻ; càng có bản lĩnh nam nhi thì lại càng có được sức mạnh, tinh lực và dũng cảm, còn những kẻ dễ tức giận vì bị kích động hay bất mãn thì sẽ chẳng bao giờ có được những phẩm chất đó. Bởi khi tâm hồn của một người có thể vượt qua được kích động ở một mức độ nào đó, thì ở một mức độ tương tự, nó cũng có thể tiếp cận gần hơn với sức mạnh, cũng như cảm giác đau khổ là đặc trưng cho sự mềm yếu, sự phản nộ cũng là đặc trưng của sự yếu đuối. Bởi nó cũng giống như người đau khổ chịu khuất phục trước kẻ giận dữ, cả hai đều chịu tổn thương, đều bị khuất phục.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

### Phẫn nộ là biểu hiện của yếu đuối

Marcus Aurelius dùng chín quy tắc để chứng minh giận dữ vô lối có thể gây ra mất mát lớn nhường nào. Những điều ấy đến từ kinh nghiệm sống của chính ông. Thủ hỏi, một vị hoàng đế hàng ngày phải đối mặt với vô số việc phức tạp, khó tránh khỏi có lúc tâm phiền ý loạn, vậy mà ông lại biết được phải kiềm chế bản thân như thế nào, đó quả là một điều đáng quý. Những ví dụ về việc không thể kiềm chế bản thân để gây ra tai họa nhiều không kể xiết, nhưng những người thực sự sở hữu trí tuệ lớn sẽ không bao giờ nổi nóng vì những chuyện nhỏ nhặt, họ sẽ nhẫn nhịn vì chuyện lớn, đợi thời cơ giành lấy thành công.

Thời Xuân Thu Chiến quốc, Việt Vương Câu Tiễn bị Ngô Vương Phù Sai đánh bại, trở thành nô lệ. Tuy trong lòng căm hận vô cùng, song vì mục tiêu phục quốc, Câu Tiễn cam tâm làm tên giũ ngựa cho Phù Sai. Khi Ngô Vương lâm bệnh, Câu Tiễn còn đích thân ném phân, cuối cùng cũng giành được sự tín nhiệm của Ngô Vương, sau này được trở về đất Việt. Câu Tiễn sau mười mấy năm trời nằm gai ném mật đã tập hợp được binh mã tiến đánh nước Ngô, giết chết Phù Sai, rửa hận mất nước. Trong lịch sử Trung Quốc, tích “nằm gai ném mật” của Câu Tiễn chính là bài học điển hình về sự nhẫn nhịn, người có được tố chất như vậy mà thành công thì cũng không có gì lạ.

Thời Tam quốc, Tư Mã Ý tài trí cũng không kém gì Gia Cát Lượng. Khi Gia Cát Lượng lục xuất Kỳ Sơn, đóng quân ở Ngũ Trượng Nguyên, Tư Mã Ý vì muốn bảo toàn lực lượng, đồng thời làm tiêu hao lương thảo của quân Thục nên kiên quyết không ra giao đấu với Gia Cát Lượng. Gia Cát Lượng phái người đưa đến một bộ quần áo phụ nữ cho Tư Mã Ý và viết rằng: “Không xuất binh thì hãy ngoan ngoãn đầu hàng, nếu ngươi còn có lòng tự trọng, còn là một người đàn ông thì hãy lập tức dân quân quyết đấu.” Thuộc hạ của Tư Mã Ý đọc thư xong thì vô cùng tức giận, đều đòi được đi quyết đấu với Gia Cát Lượng, nhưng Tư Mã Ý chỉ cười mà mặc bộ quần áo đó vào rồi tiếp tục giữ thành. Có lúc, nhẫn nhịn không có nghĩa là yếu đuối hay lùi bước, mà nó bao hàm trí tuệ lớn bên trong. “Chuyện nhỏ không nhỉ, tất hỏng chuyện lớn”, câu đó chính là muốn nhắc nhở chúng ta phải dùng lí trí hành động, kiềm chế cảm xúc, có thể mới làm nên đại sự, giành được cơ hội thành công.

## Chín quy tắc nhẫn nhịn của SUY NGÂM

### Quy tắc 1: Hợp tác là thượng sách

Nếu có người mạo phạm đến bạn thì nhất định phải xem xét đến tình hình đại cục. Nếu đã cùng làm việc với nhau thì cần xem lại, giữa hai phương án hợp tác hay mâu thuẫn và xung đột, phương án nào đem lại lợi ích lớn hơn, hãy cân nhắc cho kỹ, tự nhiên sẽ thấy tâm tính bình ổn trở lại.

### Quy tắc 2: Lo nỗi lo của người khác

Nhất định phải đứng trên lập trường của người khác để suy nghĩ cho họ, thử tìm ra nguyên nhân khiến họ nỗi nóng, nếu đó chỉ là một phút nóng này, tâm trạng không vui thì hà tất phải so đo?

### Quy tắc 3: Khoan dung

Nóng giận tất có nguyên nhân của nó, chúng ta phải học cách tìm ra nguyên nhân tại sao đổi phương lại xử sự như vậy, đồng thời thử cảm nhận nỗi đau trong lòng họ, đổi dãi với họ bằng tất cả sự khoan dung.

### Quy tắc 4: Tự kiểm điểm

Hãy thử hỏi mình: Có phải bản thân mình cũng vì những lí do nhu thế mà bực bội hay không, nếu đúng như vậy, hãy mở rộng lòng, suy nghĩ thoáng hơn để giải quyết vấn đề.

### Quy tắc 5: Phân rõ trắng đen

Phải suy nghĩ, phán đoán xem sự giận dữ của đối phương xuất phát từ lợi ích chính đáng hay chỉ là gây chuyện vô cớ, nếu là do lợi ích chính đáng thì hãy thử kiềm chế cơn giận của mình mà bình tĩnh nói chuyện, giải quyết vấn đề.

### Quy tắc 6: Nhìn xa trông rộng

Hãy thử nghĩ xem nồng giận như vậy liệu có đáng không, cuộc sống vốn dĩ rất ngắn ngủi, tại sao phải lãng phí thời gian vào những việc đó?

### Quy tắc 7: Ngừng phán đoán

Sự phán đoán đúng sai cũng là một trong những nguyên nhân khiến cho chúng ta tức giận. Có lúc, chỉ cần ta có ý tránh xa bản tính phản nô với mọi chuyện thì cũng có thể khiến cho tâm trạng bình ổn trở lại.

### **Quy tắc 8: Cân nhắc lợi hại**

Hãy thử nghĩ, chúng ta liệu có được lợi lộc gì khi tức giận, nếu không có, tốt nhất là đừng nên tiếp tục lãng phí thời gian vào việc đó nữa.

### **Quy tắc 9: Điểm tĩnh, từ tốn**

Giữ tâm trạng bình tĩnh, thử nói chuyện với đối phương bằng ngữ điệu hòa nhã, dùng chính sự điểm tĩnh, chân thành của bản thân để xoa dịu cơn giận của đối phương.

### **Bài học quan trọng**

*Con người là động vật cảm tính, cảm xúc không thể bị điều chỉnh như người máy được, nhưng cho dù thế thì chúng ta cũng vẫn phải học cách kiềm chế bản thân, dùng biến mình thành nô lệ của cảm xúc.*

## Nguyên văn

*Trước khi bạn tự mình học cách tuân theo quy tắc thì đừng mong rằng có thể lập ra quy tắc cho người khác thông qua việc viết lách hay đọc sách. Trong cuộc sống lại càng như vậy.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Trước khi thay đổi người khác, hãy thay đổi chính mình

Chúng ta thường mong muốn người khác làm theo ý mình, song lại không đạt được kết quả như ý, nguyên nhân nằm ở đâu? Marcus Aurelius đã tìm ra nguyên nhân: Đó là do quy tắc của bạn chưa chắc đã phù hợp với tất cả mọi người. Vì thế, trước khi chúng ta muốn thay đổi người khác, hãy thử thay đổi chính mình.

Ngày xưa ngày xưa, có một ông vua, tuy ngày ngày ngồi trên ngai vàng cao quý nhưng ông không hề cảm nhận được niềm vui. Điều ông muốn làm nhất chính là đi du ngoạn khắp đất nước, cùng trò chuyện với thần dân của mình, thực hiện những mong ước của họ. Nhưng những con đường trong vương quốc của ông lại vô cùng gian nan, hiểm trở, chỉ đi lại một lúc thôi là chân đã đau đớn vô cùng. Một hôm, quốc vương triệu tập tất cả quần thần, yêu cầu họ đưa ra cách giải quyết vấn đề đó. Các vị đại thần suy nghĩ nát óc, song vẫn không thống nhất được với nhau, cuối cùng, một vị đại thần đức cao vọng trọng đứng ra nói: “Bệ hạ, Người hãy cho chúng thần thời gian ba ngày, chúng thần nhất định sẽ hoàn thành yêu cầu của Người.”

Ba ngày nhanh chóng trôi qua. Quốc vương vội vã thiết triều, chờ đợi cách giải quyết tuyệt diệu mà các đại thần sẽ đưa ra. Lúc này, một vị đại thần nói: “Bệ hạ, cách tốt nhất mà chúng thần nghĩ ra là giết hết tất cả trâu bò, sau đó lột da chúng để trại đường cho Người, như vậy Bệ hạ muốn đi xa đến đâu cũng không lo bị đau chân nữa.” Quốc vương hỏi: “Muốn trại xong con đường như thế mất khoảng bao lâu? Trong ba tháng có thể làm xong được không?” Mọi người im lặng không nói mà chỉ đưa mắt nhìn nhau, cuối cùng vị đại thần đức cao vọng trọng đứng ra: “Việc này mất khoảng mười năm, thưa Bệ hạ!” Quốc vương kinh ngạc: “Cái gì? Mười năm? Ta liệu có thể sống đến được mười năm nữa không? Nếu đó chính là cách hay nhất của các ngươi thì chẳng thà lột ngay da của các ngươi để trại đường cho rồi.” Lúc này, một gã hè trong cung bỗng thốt lên: “Bệ hạ, tại sao không dùng một tấm da bò bọc lấy chân Người?” Vậy là đôi giày da đầu tiên trên thế giới đã ra đời như vậy đó!

Trong cuộc sống, chúng ta thường vào vai vị quốc vương nọ, mong đợi đạt được mục đích của mình thông qua sự thay đổi của người khác. Nhưng nhiều khi, chúng ta chỉ cần thay đổi bản thân đôi chút là sẽ khiến cho vấn đề trở nên dễ dàng hơn nhiều. Đôi khi, thay đổi người khác là việc khó hơn cả lên trời, nhưng thay đổi bản thân thì lại dễ dàng hơn rất nhiều.

Điều mình không muốn thì đừng làm  
với người khác

Tử Công hỏi: “Có chữ gì mà ta có thể làm theo suốt đời không?” Không Tử đáp: “Có lẽ là chữ Thứ. Điều mà mình không muốn thì đừng làm với người khác.”

Trích Luận Ngữ - Vệ Linh Công

Lời Khổng Tử có nghĩa là:  
Điều mà mình không muốn  
thì cũng đừng áp đặt cho  
người khác. Ông muốn nhấn  
mạnh rằng, trong mối quan hệ  
giữa người với người, phải  
luôn đề cao chữ “Thú”, học  
cách khoan dung và tha thứ,  
đừng áp đặt suy nghĩ của mình lên người khác. Như  
thế cũng chính là “muốn thay đổi cách làm của  
người khác thì trước tiên phải thay đổi chính mình”.



Có nhiều người thường hỏi Gandhi rằng: “Tôi hoàn toàn tán đồng quan điểm hợp tác, phi bạo lực của ông, nhưng ngoài kia lại có rất nhiều người phản đối, tôi nên làm thế nào để thay đổi suy nghĩ của họ?”  
Gandhi trả lời: “Không, ông không thể nào thay đổi được người khác. Nếu ông muốn người khác thay đổi thì trước tiên ông phải tự mình làm được đã.”

Một vị tướng quân dẫn binh đánh giặc, trước tiên phải lấy mình làm gương, xung phong lên giết giặc, có vậy binh sĩ mới noi theo gương ấy mà anh dũng chiến đấu.

*Mahatma Gandhi (2/10/1869 – 30/1/1948),  
được nhân dân Ấn Độ tôn làm Thánh Gandhi, ông  
là lãnh tụ Đảng Quốc đại và phong trào độc lập Dân  
tộc ở Ấn Độ. Ông đã đưa nhân dân Ấn Độ giành lại  
độc lập, thoát khỏi ách thống trị của đế quốc Anh.  
Chủ trương “Chống bạo lực” của ông có sức ảnh  
hưởng to lớn đến những người theo chủ nghĩa Dân  
tộc trên toàn thế giới.*



### Bài học quan trọng

*Ý định thay đổi người khác này sinh thường là do ta không suy nghĩ trên lập trường  
của người khác. Đôi khi, hãy tự hỏi bản thân rằng: Nếu mình là anh ta, liệu mình có  
muốn bị người khác thay đổi hay không?*

## Nguyên văn

*Epictetus nói: Một người bắt buộc phải phát hiện ra nghệ thuật (hay quy tắc) biểu đạt thái độ tán đồng của mình, trong hoạt động có liên quan đến mình, anh ta bắt buộc phải chú ý làm nổi bật lên môi trường của hoạt động đó để thỏa mãn lợi ích của cộng đồng, thể hiện sự tôn trọng giá trị của mục tiêu đã đề ra. Đối với dục vọng cảm quan, anh ta nên hoàn toàn thoát khỏi chúng, thậm chí xa lánh, ghét bỏ chúng, không thể hiện thái độ đó với những việc nằm ngoài khả năng của chúng ta.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Phục tùng quy tắc cũng chính là kiểm soát bản thân

Marcus Aurelius dẫn lời của Epictetus nhằm mục đích nhấn mạnh sự quan trọng của “Quy tắc”. Quy tắc chính là tiền đề thỏa mãn lợi ích xã hội, thực hiện mục tiêu và giá trị của bản thân. Nếu một người không hiểu được những quy tắc cơ bản của xã hội thì sẽ chỉ có thể trở thành người vô giáo dục, chịu sự khinh rẻ của mọi người.

Cho dù là những điều được pháp luật quy định hay những quy tắc cơ bản trong môi trường xã hội thì cũng đều thể hiện tính trói buộc của quy tắc. Ví dụ, bắt kề là lái xe hay người đi bộ cũng phải chấp hành quy tắc giao thông. Còn trong thư viện thì không được lớn tiếng ồn ào để tránh ảnh hưởng đến người khác. Nhiều người nhớ rất kỹ những quy tắc lớn nhưng lại làm ngơ trước những quy định nhỏ và thiếu sự giám sát, làm vậy xem chừng là khôn vặt, nhưng thực chất là đang vì cái lợi nhỏ mà đánh mất cái lợi lớn.

Một người cha dẫn con trai đi câu cá, bên bờ sông có tấm biển viết rằng: “Thời gian câu cá: từ chín giờ sáng đến bốn giờ chiều”. Hai cha con bắt đầu ngồi câu, suốt từ sáng cho đến tận gần bốn giờ chiều mà chẳng được con cá nào. Đứa con nghĩ bụng, nếu không câu được cá, chẳng phải hôm nay đến đây phí công vô ích hay sao? Thê là cậu bé vẫn tiếp tục ngồi ôm cần. Chẳng mấy chốc đã đến 4 giờ, cậu con trai chợt cảm thấy có cá cắn câu, rất có thể là một con cá lớn. Cậu vội thu dây, gọi cha đến giúp sức. Hai cha con hì hụi hồi lâu, cuối cùng cũng kéo được con cá lớn lên.

Khi cậu con trai còn đang hoa chân múa tay, vui mừng hót hở, người cha chợt nhìn đồng hồ và nói với con: “Giờ đã là bốn giờ hai mươi phút rồi, theo quy định chúng ta chỉ được câu đến bốn giờ, ta nên thả con cá này về sông.” Cậu con trai nhất định không chịu, vung vàng nói: “Nhưng lúc cá cắn câu vẫn chưa đến bốn giờ mà.” Người cha kiên quyết nói: “Trên biển đã ghi rõ là bốn giờ, chúng ta không được vi phạm quy định, con cá này nhất định phải thả lại.” Thê là dù người con có van nài, cầu xin ra sao, người cha vẫn không đổi ý, kiên quyết thả cá về sông. Cậu bé mắt rơm rớm lệ, buồn bã theo cha về nhà. Nhiều năm sau, cậu bé trở thành một vị luật sư nổi tiếng được người kính trọng.

Biết phục tùng quy tắc không có nghĩa là cỗ hủ hay bảo thủ mà đó là biểu hiện của người có giáo dục và có tố chất. Trong thời đại đê cao sáng tạo này, rất nhiều người muốn phá vỡ quy tắc, nhưng hãy nhớ rằng, phá vỡ quy tắc không có nghĩa là muốn gì làm nấy, nếu không chắc chắn sẽ phải trả giá nặng nề.

Cái giá của việc vi phạm quy tắc

## Nước mắt của Nữ hoàng Điền kinh

Nữ hoàng Điền kinh Marion Jones - người đoạt từng được ba huy chương vàng và hai huy chương bạc Olympic, sau khi bị lương tâm dằn vặt đã quyết định chủ động thừa nhận mình đã sử dụng doping. Nước mắt chảy dài trên má cũng không ngăn được cô phải trả lại những tấm huy chương đã giành được, đồng thời đổi mặt với án tù xứng đáng.



## Say rượu lái xe

Hàng năm có rất nhiều vụ tai nạn xảy ra, trong số đó phần lớn là do say rượu lái xe. Tất cả mọi người đều biết rõ sự nguy hiểm của việc lái xe sau khi uống rượu, song luôn có người làm ngơ nó và phải trả giá bằng chính tính mạng của mình.



## Đừng bẻ cong ý

### nghĩa của việc tuân thủ quy tắc

Có nhiều người luôn cho rằng tuân thủ quy tắc là vô dụng, ví dụ như xếp hàng khi mua đồ hay lên xe bus trong mắt họ là những việc vô bổ, lãng phí thời gian. Tuy tranh trước một bước có thể tiết kiệm thời gian, nhưng lại làm lãng phí thời gian của người khác. Đó là hành vi thiếu đạo đức xã hội, hon nura còn làm gương xấu cho trẻ nhỏ. Trong xã hội văn minh, chúng ta nên suy nghĩ cho người khác, bỏ phần ích kí mà thêm phần vô tư.



## Bài học quan trọng

*Quy tắc nhỏ nhất chính là thói quen sống hàng ngày của chúng ta. Chú trọng những quy tắc nhỏ ấy không những có thể khiến cho cuộc sống thêm quy luật mà còn có thể khiến bản thân trở thành một người có đạo đức tốt đẹp, được người khác tôn trọng.*

## Nguyên văn

Socrates thường nói, bạn muốn gì? Linh hồn của người có lí trí hay linh hồn của người vô lí trí? Đương nhiên là linh hồn của người có lí trí. Vậy linh hồn gì của người có lí trí khỏe mạnh hay có khiêm khuyết? Tất nhiên là khỏe mạnh. Vậy tại sao bạn không tìm kiếm chúng? Vì chúng ta đã có chúng. Thé thì vì sao các bạn còn tranh cãi nữa?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Tranh cãi vì chuyện nhỏ cũng chính là lãng phí cuộc đời

Socrates cho rằng, nếu một người đã có linh hồn khỏe mạnh rồi thì không nên tranh cãi nữa. Trong mắt nhiều người, đó chỉ là một ước muôn tốt đẹp, bởi loài người sao có thể ngừng tranh cãi? Nhưng Marcus Aurelius lại nói với chúng ta rằng: Tranh cãi vì những chuyện nhỏ nhặt là việc hoàn toàn vô nghĩa.

Có lúc, chúng ta sẽ phát biểu suy nghĩ của mình về một việc nào đó, còn chỉ ra sai lầm của người khác một cách thẳng thừng, ngoài mặt có vẻ chúng ta giành được thắng lợi trong tranh luận nhưng thực ra lại đánh mất nhiều hơn. Có lần, Carnegie tham gia một buổi diễn thuyết. Diễn giả rất có tài ăn nói, còn dẫn ra một câu thành ngữ và nói rằng câu đó lấy từ *Kinh thánh*. Carnegie lập tức lớn tiếng phản đối: “Câu vừa rồi không phải từ Kinh thánh mà là từ tác phẩm của Shakespeare.” Diễn giả nghe vậy thì ngân người ra một lát nhưng vẫn kiên quyết nói rằng đó là câu trong *Kinh thánh*. Lúc này, Carnegie quyết định mời bạn mình là một học giả chuyên nghiên cứu về các tác phẩm của Shakespeare phân xử, song người bạn nghe vậy lại đá chân Carnegie rồi nói: “Là cậu sai rồi, vị diễn giả đó đã nói đúng, câu đó trích từ *Kinh thánh*.”

Trên đường về, Carnegie nói với bạn: “Rõ ràng là cậu biết câu đó là của Shakespeare, sao còn nói mình không đúng?” Người bạn đáp: “Đúng là câu đó trích từ cảnh 2 chương 5 của vở Hamlet, nhưng mình nghĩ cậu cũng biết rằng chúng ta đều là khách, sao cậu cứ khăng khăng đòi chỉ ra sai sót của người khác chứ? Cậu nghĩ rằng làm vậy người khác sẽ thích cậu, cho rằng cậu tài giỏi ư? Anh ta đâu có xin ý kiến của cậu, hà có gì cậu phải tranh luận với anh ta. Điều cuối cùng mình muốn nói với cậu là, luôn luôn tránh xung đột trực diện với người khác mới là đúng đắn.” Nghe xong, Carnegie mới nhận ra là vừa rồi đã cự xử lỗ mãng, tự cho là mình thông minh, chẳng những không có được cảm tình của khán giả ngồi đó mà còn mất đi cơ hội làm bạn với diễn giả nọ.

Nếu như tranh cãi là vô nghĩa thì tại sao chúng ta còn cứ mãi phí công tranh cãi làm gì? Vì chuyện ta cho là đúng mà làm tổn thương người khác thường chỉ đem lại kết quả tồi tệ. Khi chúng ta có ý định tranh cãi, hãy tự nhắc nhở mình: Hãy bình tĩnh, chỉ có hòa nhã mới có thể giải quyết được vấn đề.

## Biện pháp giải quyết vấn đề

### Không ai nhường ai

CHUYỆN NÀY  
CẬU SAI RỒI!  
KHÔNG ĐÚNG RỒ  
RẰNG LÀ CẬU SAI!



THẾ THÌ TÌM NGƯỜI  
ĐẾN PHÂN ĐỊNH XEM!  
AI SỢ CHỨ?



Tranh cãi chỉ khiến con người ta đánh mất lí trí, cho dù một bên có nhận ra mình sai đi nữa, nhưng do chịu sự dẫn dắt của cảm xúc nên không chịu dễ dàng nhận lỗi.

### Nhường nhịn lẫn nhau

CHUYỆN NÀY LÀ  
CẬU SAI RỒI!  
THẾ À? VẬY CẬU  
CHO RẰNG NÊN  
LÀM THẾ NÀO?



NGAY TỪ ĐẦU  
CẬU NÊN XEM XÉT  
ĐẾN VẤN ĐỀ ĐÓ.  
THẾ THÌ LÀM THỦ  
THEO CÁCH CỦA  
CẬU XEM SAO.



Nhường một bước có thể làm giảm bớt không khí căng thẳng. Khi lí trí chiến thắng, chúng ta sẽ tìm được cách giải quyết vấn đề.

Đừng để mình trở thành nô lệ của cảm xúc, một người không biết cách để lí trí kiểm soát cảm xúc, chẳng những không thể thành công mà còn không thể gây dựng được những mối quan hệ tốt đẹp cho mình.

### Bài học quan trọng

*Mỗi khi có ý định nổi nóng, cách tốt nhất chính là ngừng nói, để cho mình yên lặng một lát, làm vậy sẽ có tác dụng kiềm chế rất lớn đối với những người tính khí nóng nảy.*

## PHẦN 12 > SỐNG VUI VẺ

Sống như thế nào mới có ý nghĩa? Mỗi người sẽ có đáp án không giống nhau. Song Marcus Aurelius lại tìm ra con đường tắt dẫn đến niềm vui và hạnh phúc, đó chính là vứt bỏ muộn phiền và tận hưởng cuộc sống.

- Học cách tán thưởng ưu điểm của người khác
- Tính quyết đoán vô cùng quan trọng
- Suy nghĩ kỹ trước khi làm
- Vứt bỏ những lo lắng không cần thiết
- Nhìn thẳng vào sự "hạ màn" của cuộc đời



### 1 HỌC CÁCH TÁN THƯỞNG ƯU ĐIỂM CỦA NGƯỜI KHÁC

#### Nguyên văn

Tôi thường cảm thấy điều này vô cùng kì lạ: Ai cũng yêu bản thân mình hơn nhiều so với yêu người khác, nhưng lại rất coi trọng ý kiến của người khác đối với mình, song càng coi trọng ý kiến của bản thân đối với mình hơn. Nếu có một vị thần hay một thầy giáo thông tuệ đến trước mặt một người, ra lệnh cho người ấy chỉ suy nghĩ và lên kế hoạch cho những ý nghĩ mà anh ta vừa nghĩ đến đã muôn nói ngay ra, thì anh ta sẽ không thể chịu nổi dù chỉ là một ngày. Vì thế, chúng ta cần coi trọng việc những người quanh ta suy nghĩ gì về ta hơn là bản thân ta nghĩ gì về mình.

#### LỜI VÀNG Ý NGỌC

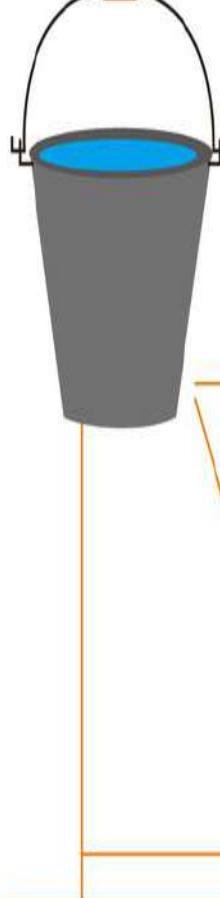
Người quá yêu bản thân thường không biết tán thưởng người khác

Có một vấn đề mà Marcus Aurelius mất rất nhiều thời gian suy nghĩ mà vẫn không tìm ra nguyên do, đó là tại sao chúng ta lại yêu bản thân mình hơn yêu những người khác? Thậm chí làm ngơ trước những ý kiến của người khác đối với mình. Thực ra biểu hiện “yêu bản thân” như vậy cũng là chuyện thường tình, nhưng nếu quá coi trọng bản thân thì chúng ta sẽ mất đi cơ hội chung sống hòa bình với những người khác.

Một người có thể tự tán thưởng bản thân, nhưng nếu quá mức mê đắm thì cũng giống như cốc nước đã đầy, không thể chứa thêm nữa. Khổng Tử từng dẫn học trò đến thăm miếu thờ Lỗ Hoàn Công, nhìn thấy một bình đựng nước nắp nghiêng, ông thấy rất kì lạ, bèn hỏi người giữ miếu: “Đó là gì vậy?” Người giữ miếu trả lời: “Đó là ý khí, đặt ở bên tay phải chỗ ngồi, dùng để răn đe, nhắc nhớ bản thân, tác dụng như khắc tẩm bia vậy.” Khổng Tử nói: “Ta có nghe qua về thứ này, khi không đựng nước hoặc có rất ít nước thì sẽ nắp nghiêng, nếu đổ nước vừa nửa bình thì sẽ đứng thẳng, nếu đổ quá nhiều nước thì sẽ bị đổ.” Nói xong, Khổng Tử sai học trò đổ nước vào ý khí. Quả nhiên, khi nước vừa nửa bình thì nó không nghiêng, không lệch nữa, nhưng hễ ít hay nhiều hơn một chút là sẽ bị nghiêng lệch ngay. Lúc này, Khổng Tử mới than rằng: “Ôi, trên đời này làm gì có thứ gì quá đầy mà không bị đổ chứ!” Quả vậy, sự tán thưởng của chúng ta đối với bản thân mình nếu vượt quá giới hạn thì sẽ bị tràn nước ra ngoài như chiếc bình kia vậy.

Có một cô gái rất tài giỏi, đến làm giám đốc phòng nhân sự cho một công ty, chẳng bao lâu cô nhận ra rằng quan hệ giữa mình và đồng nghiệp không tốt chút nào. Cô cho rằng mình làm việc luôn dứt khoát, quyết đoán, tính cách lại vui vẻ, dễ chịu, vì vậy nghĩ mãi mà cô vẫn không hiểu tại sao mọi chuyện lại thành ra như vậy. Cuối cùng, Tổng giám đốc tìm gặp cô nói chuyện, cô bèn đem nỗi khổ tâm của mình ra tâm sự. Tổng giám đốc cười nói: “Không biết cô có bao giờ chú ý rằng từ đầu đến cuối cô chỉ luôn nói đến đại từ “tôi”, mà rất ít nhắc đến người khác hay không. Đó chính là nhược điểm của cô, cô chỉ nhìn thấy ưu thế của mình mà không thấy được ưu điểm của người khác. Cô rất ít khi khen ngợi cấp dưới, cho dù họ có thành tích tốt đến đâu, như vậy sao có thể làm tốt công tác nhân sự được?” Khi ấy cô mới bừng tỉnh ngộ, hóa ra là sự tự mãn của mình đã ảnh hưởng đến công việc. Trong cuộc sống, chúng ta nhất định phải biết tán thưởng ưu điểm của người khác trước, có vậy mới không bị sa vào vũng lầy của sự tự mãn, vì quá yêu bản thân mà trở thành “éch ngoài đáy giếng”.

### Dụng cụ đo độ tự mãn



Nước  
quá  
đầy

Quá tự mãn sẽ khiến cho con người ta trở nên mù quáng. Phóng đại quá mức ưu điểm của bản thân, thiếu tính khách quan, khiến mình dễ mắc sai lầm trong việc dự đoán thế cục, từ đó dễ dẫn đến thất bại. Chúng ta cũng nên giúp bạn bè tránh xa điều đó.

Nước  
vừa  
phải

Lúc này, chúng ta vừa biết tán thưởng bản thân, lại vừa có thể phát hiện ra ưu điểm của người khác. Tự tin đối diện với đời, dùng những lời khen ngợi để gia cố thêm các mối quan hệ xã hội. Đó chính là thái độ sống lí tưởng.

Nước  
quá  
ít

Nếu một người không biết tán thưởng bản thân thì đó cũng là biểu hiện của sự thiếu tự tin. Lúc này, chúng ta cần vứt bỏ sự tự ti để khai phá ưu điểm của bản thân.

Tự mãn quá mức

Tự mãn vừa phải



### Bài học quan trọng

Tán thường người khác và được người khác tán thường là hai việc có tính tương hỗ, nếu bạn chưa từng khen ngợi người khác thì cũng đừng mong được người khác ngợi khen. Không tiếc lời khen thì mới có thể được người khác yêu mến, như vậy mới có nhiều mối quan hệ, giành được cơ hội thành công.

## Nguyên văn

Xem xét tất cả ý kiến, ý kiến là thứ nằm trong phạm vi khả năng của chúng ta.  
Vì vậy, khi bạn quyết định loại bỏ ý kiến của mình, thì hãy như con thuyền đi vào  
vùng vịnh, bạn sẽ nhận ra vịnh nước biển lặng lẽ, hiền hòa, không gợn sóng.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Đa mưu mà thiếu quyết đoán thì cũng không làm nên chuyện gì

Khi tìm cách giải quyết vấn đề, chúng ta phải tuân theo nguyên tắc lợi ích chung, cố gắng tìm ra cách giải quyết tốt nhất. Đôi khi ta phải đổi mới với vô số phương án mà lại rất khó quyết định. Marcus Aurelius đã cho chúng ta lời khuyên rất hay: Hãy tưởng tượng mình thành con thuyền đi vào vịnh, vứt bỏ mọi phiền muộn, tiến thẳng đến mục tiêu đã định.

Năm 1631, doanh nhân người Anh Hobson bắt đầu buôn bán ngựa, ông quây ngựa lại một chỗ rồi để khách hàng tự do lựa chọn. Ông nói: "Mọi người có thể mua hay thuê ngựa của tôi đều được, giá cả lại phải chăng." Khách hàng lập tức bị hấp dẫn, nhưng Hobson lại quy định họ chỉ được đứng ở cửa chuồng để chọn ngựa. Mọi người bắt đầu bu lại, chọn lựa hồi lâu rồi lần lượt ngã giá. Song họ đã bị mắc lừa, bởi cửa chuồng bé xíu, những con ngựa to lớn, khỏe mạnh đều không ra được, chỉ có những con gầy, bé mún đi qua được. Vì thế, những con ngựa mà mọi người mua được không phải là con tốt nhất. Đó là một cái bẫy tư duy, nhìn bề ngoài thì Hobson cung cấp cho người mua rất nhiều sự lựa chọn, nhưng cuối cùng lại đưa ra quy định hạn chế. Bậc thầy về tư duy Herbert A. Simon đã gọi hiện tượng này là "Sự lựa chọn của Hobson". Từ câu chuyện trên, không khó nhận ra rằng, đôi lúc chúng ta có rất nhiều lựa chọn, nhưng cuối cùng lại chỉ có một lựa chọn đi qua được cánh cổng đó.

Thời Tam Quốc, Viên Thiệu – một minh chủ trong liên minh lật đổ Đông Trác cũng chính là người bị hại của phương pháp “Sự lựa chọn của Hobson”. Viên Thiệu xuất thân danh gia, khi ông giương cờ “Thảo phạt nghịch tặc Đông Trác”, lập tức quy tụ được 18 lộ chư hầu, tuy không giành được thắng lợi nhưng lại phán ánh súng hiệu triệu rất lớn. Sau này, Viên Thiệu và Tào Tháo quyết đấu ở Quan Độ. Khi ấy, Viên Thiệu binh hùng tướng mạnh, lại có các mưu sĩ Điền Phong, Hứa Du, Thẩm Phối và Phùng Kì giúp sức, còn Tào Tháo yếu thế hơn. Trước khi khai chiến, Điền Phong phân tích thế cục, cho rằng không nên xuất trận, song Viên Thiệu lại nghe lời Phùng Kì rằng “Tào Tháo binh lực yếu ớt” nên quyết xuất binh. Ban đầu, Viên Thiệu chiếm được ưu thế, ép quân Tào nhiều lần rút binh. Lúc này, mưu sĩ Hứa Du lại kiến nghị Viên Thiệu nhân lúc Tào Tháo quân lương không đủ mà tập kích Hứa Xương, chắc chắn sẽ giành thắng lợi. Song Viên Thiệu do dự, cuối cùng không làm theo lời Hứa Du. Hứa Du bất mãn quay sang đầu quân cho Tào Tháo, kết quả là Tào Tháo nắm được thời cơ tập kích thắng lợi, còn quân Viên Thiệu từ đó không còn gượng dậy được nữa. Viên Thiệu từng có rất nhiều cơ hội lựa chọn, nhưng ông lại chọn trúng con ngựa gầy yếu nhất, đó chính là do tính thiếu quyết đoán gây nên.

Khi chúng ta đứng trước nhiều lựa chọn, nhất định phải hiểu rõ một vấn đề: Điều gì có thể xảy ra? Sau đó hãy cân nhắc lợi hại và quyết đoán lựa chọn.

Bốn giai đoạn đưa ra quyết sách

## Thu thập thông tin

Thu thập thông tin là nhiệm vụ quan trọng hàng đầu trong việc đưa ra quyết sách, chúng ta buộc phải cố hết sức để tìm ra thông tin có ích, sau đó tiến hành phân loại thích hợp. Điều này cũng giống như muốn làm một món ăn ngon thì phải chuẩn bị đầy đủ nguyên liệu vậy.

MUỐN Đưa RA THỊ TRƯỜNG MỘT SẢN PHẨM CÀ PHÊ MỚI THÌ PHẢI LÀM THẾ NÀO?

TRÊN THỊ TRƯỜNG CÓ ĐỦ LOẠI CÀ PHÊ, TÔI SẼ LẬP TỨC ĐI ĐIỀU TRA ĐẶC ĐIỂM CỦA CÁC NHÃN HIỆU.



## Liệt kê các phương án

Sau khi thu thập xong, cần tiến hành phân tích thông tin, sau đó tìm ra phương án giải quyết vấn đề, quá trình này không phải là yếu tố then chốt, mà quan trọng nhất là phải xem xét chu toàn.

NHIỀU TÀI LIỆU THẾ NÀY THÌ PHẢI XỬ LÝ NHƯ THẾ NÀO?

CHÚNG TA CÓ THỂ PHÂN LOẠI TỪ CÁC VỊ CÀ PHÊ, MÀU MÃ VÀ GIÁ CẢ, SAU ĐÓ Đưa RA QUAN ĐIỂM HOÀN TOÀN MỚI CHO NHÃN HIỆU CÀ PHÊ CỦA CHÚNG TA.



## Đưa ra lựa chọn

Giờ ta phải bắt đầu đánh giá các điểm lợi hại trong tất cả các phương án, sau đó đưa ra lựa chọn tốt nhất. Đây là khâu rất quan trọng trong quá trình đưa ra quyết sách, đóng vai trò quyết định sự thành bại của quyết sách đó.

CÓ CHO RẰNG PHƯƠNG ÁN NÀO TỐT NHẤT?

CHÚNG TA CÓ THỂ MỜI MỘT NGƯỜI NỔI TIẾNG VIẾT SÁCH, SAU ĐÓ KẾT HỢP SÁCH VỚI CÀ PHÊ, TẠO NÊN HIỆU QUẢ LÊN HOÀN...



## Cân nhắc giữa các phương án

Đây là bước cuối cùng, cũng là bước quan trọng nhất để đưa ra quyết sách. Sau khi đã có quyết sách, chúng ta phải căn cứ theo tình hình thực tế để tiến hành đánh giá toàn diện, phát hiện vấn đề và kịp thời sửa chữa.

CHÚNG TA ĐÁNH GIÁ PHƯƠNG ÁN NÀY TRƯỚC NHÉ!

ĐƯỢC, TÔI SẼ CHO ĐIỀU TRA VIEN TIẾN HÀNH ĐIỀU TRA NGAY



## Bài học quan trọng

Trong bốn bước đưa ra quyết sách, thiếu bước nào cũng không được, đó là cách hữu hiệu để đảm bảo cho chúng ta có thể đưa ra quyết sách đúng đắn. Trong đó, điều cần

chú ý chính là khi điều tra nhát định phải tìm đúng mục tiêu, nếu kết quả điều tra bị sai lệch thì sẽ có thể dẫn đến thất bại trong quyết sách.

## Nguyên văn

Bạn buộc phải chuẩn bị sẵn sàng ba điều sau: Một là đừng làm bát cứ chuyện gì mà không suy nghĩ hay đi ngược lại với chính nghĩa, còn với những chuyện có thể xảy ra với mình thì phải xem xét nó là xảy ra ngẫu nhiên hay theo ý Trời, bạn không thể khiến trách sự ngẫu nhiên hay ý Trời được. Hai là xem xét mọi thứ đang tồn tại, xem chúng là gì trong khoảng thời gian từ khi chỉ là một hạt giống cho đến khi trở thành một linh hồn, từ khi trở thành một linh hồn cho đến khi linh hồn ấy trở về cát bụi, xem chúng được tạo thành bởi cái gì và phân giải thành cái gì. Ba là nếu bạn bỗng nhiên được nâng lên cao hơn mặt đất thì hãy cúi xuống nhìn loài người, quan sát sự khác biệt giữa họ lớn đến đâu, đồng thời cũng liếc mắt xem có bao nhiêu người tồn tại trong không gian bốn bề và trong vũ trụ. Thường xuyên suy nghĩ như khi bạn bị nâng lên sẽ khiến bạn nhìn thấy những sự vật giống nhau, sự tương đồng về hình thức và sự duy trì tồn tại ngắn ngủi. Chẳng lẽ những sự vật đó đáng để tự hào?

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Trước khi đưa ra những phán đoán quan trọng, nhất định phải suy nghĩ thật kĩ

Marcus Aurelius một lần nữa nhấn mạnh tính quan trọng của việc suy nghĩ, ông chỉ ra rằng, khi làm việc không thể lười suy nghĩ, bởi những phán đoán nóng vội sẽ chỉ xa rời chân lí mà thôi. Khi chúng ta đối mặt với cục diện phức tạp, khó tránh khỏi trở nên nóng nảy, nhưng không thể dựa vào những phán đoán và hiểu biết đơn giản mà đưa ra kết luận, chỉ có suy nghĩ kĩ càng mới có thể tìm thấy căn nguyên của vấn đề.

Có lần, công ty ô tô của Mĩ nhận được điện thoại phản ánh của một khách hàng, nói chiếc xe Pontiac mà anh ta mua có vấn đề, cứ mỗi lần anh ta mua kem hương vani là chiếc xe lại không thể khởi động được. Nhân viên phục vụ khách hàng cho rằng đây chỉ là trò đùa quái ác của ai đó nên không kèm theo tâm đe, nhưng chẳng mấy chốc công ty lại nhận được thư than phiền. Tổng giám đốc cảm thấy chuyện này rất kì lạ, bèn phái kĩ sư đi kiểm tra trước. Hôm đầu tiên, người kĩ sư mua kem chocolate, chiếc xe có thể khởi động; hôm thứ hai mua kem hương dâu, vẫn khởi động được; ngày thứ ba, anh ta mua kem vani thì đúng là không thể nào khởi động được xe. Chẳng lẽ chiếc xe bị dị ứng với mùi kem vani?

Người kĩ sư tuyệt đối không tin chuyện hoang đường như vậy, anh ta bèn tiến hành điều tra, bắt đầu từ tiệm kem, nhờ thế mà phát hiện ra một quy luật. Vì kem hương vani của tiệm này bán rất chạy nên chủ tiệm đặc biệt xếp nó ở vị trí gần cửa, nghĩ đến đây, người kĩ sư chợt vỡ lẽ: “Hóa ra là do lưỡi tản nhiệt!” Xe Pontiac có lắp đặt lưỡi tản nhiệt để bảo vệ động cơ, khi nhiệt độ quá cao thì bộ phận này sẽ không thể hoạt động. Vị khách hàng kia khi mua các loại kem khác thì thời gian mua khá lâu, do đó động cơ có đủ thời gian để làm mát, nhưng thời gian mua kem vani lại quá ngắn nên động cơ chưa được tản nhiệt đủ, vì vậy mà không thể khởi động được. Trước tình huống như vậy, công ty quyết định tiến hành cải tạo lại dòng xe này, đồng thời cũng giải quyết vấn đề tưởng chừng quá đỗi hoang đường kia.

Có lúc, chúng ta cũng sẽ gặp phải những vấn đề như “xe ô tô biết chọn vị kem”, khi ấy, đừng vội đưa ra kết luận ngay, chỉ có suy nghĩ kĩ càng mới có thể vén lên bức màn sự thật.

## Suy nghĩ kĩ càng cẩn phải có mức độ nhất định

“Tam tư nhị hậu hành” – suy nghĩ ba lần rồi mới làm – xuất phát từ Luận ngữ. Đại phu nước Lỗ là Quý Văn Tử làm việc rất thận trọng, trước khi làm việc gì ông cũng đều suy nghĩ kĩ càng rồi mới ra quyết định, vì vậy mà ông làm việc rất ổn thỏa.



Nhưng trong chốn quan trường phức tạp, cách làm do dự, thiếu quyết đoán của Quý Văn Tử khiến ông phải chịu không biết bao nhiêu thiệt thòi, bởi bị người khác cướp đi rất nhiều cơ hội ngay trước mắt.



### Cách giải quyết

Không Tú biết chuyện liền nói: “Tái, tư khả hĩ.” Có nghĩa là nghĩ hai lần là được rồi, đừng nên do dự, thiếu quyết đoán.

Nghĩ hai lần chỉ là một cách nói hình tượng chứ không phải hễ gặp chuyện là phải nghĩ hai lần, mà bạn có thể nghĩ nhiều, nhưng không nên nghĩ quá nhiều.

Có những chuyện không phải chỉ nghĩ hai lần là được, khi gặp chuyện lớn, phải suy nghĩ kĩ càng, có vậy mới xem xét được tất cả các tình huống có thể xảy ra.



### Bài học quan trọng

Nếu chúng ta vốn tính tình nóng vội thì hãy thử ngừng lại vài giây mỗi khi gặp chuyện, suy nghĩ kĩ rồi mới quyết định. Nếu đã rèn được thói quen suy nghĩ kĩ càng trước khi làm thì cũng phải chú ý tránh do dự, khi cần quyết định thì đừng chần chờ gì nữa.

## Nguyên văn

Khi bạn buồn phiền vì chuyện gì đó, bạn đã quên mất điều này: Tất cả mọi chuyện xảy ra đều tuân theo bản chất của vũ trụ. Bạn đã quên rằng: Hành vi tội lỗi của một ai đó không chạm được đến bạn. Bạn còn quên rằng: Những chuyện xảy ra bây giờ thế nào thì trong tương lai cũng xảy ra như vậy, hiện tại nó cũng xảy ra ở khắp mọi nơi trên thế giới. Bạn cũng quên rằng: Mỗi quan hệ giữa một người với toàn thể loài người mật thiết như thế nào, bởi đó là sự đồng sở hữu, không phải sự đồng sở hữu của một chút máu hay hạt giống, mà là đồng sở hữu của lí trí. Bạn còn quên rằng: Lí trí của mỗi người đều là một vị thần, đó là biểu hiện của thần tính. Bạn cũng quên rằng: Không có thứ gì là của bản thân con người, con cái, cơ thể hay thậm chí cả linh hồn của anh ta đều là của Thần. Bạn cũng quên rằng: Tất cả đều là ý kiến. Cuối cùng, bạn còn quên rằng: Mỗi chúng ta đều chỉ sống trong hiện tại, thứ mất đi cũng chỉ có hiện tại.

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Buồn phiền chính là trở ngại lớn nhất ngăn bạn tiến về phía trước

Trong cuộc đời, con người ta không thể không gặp phải chuyện phiền muộn. Có lúc, do phải đối diện với vấn đề khó có thể giải quyết tức thời mà sẽ khiến ta lâm vào ngõ cụt, sinh ra cảm giác lo lắng. Marcus Aurelius đã cho chúng ta một lời khuyên rất có ích: Vứt bỏ những muộn phiền không cần thiết, bởi mỗi người đều sống vì hiện tại.

Có một người sống ở Boston. Một hôm, anh ta bị chẩn đoán mắc bệnh viêm loét dạ dày rất nặng. Anh ta trở nên buồn chán, bệnh tình cũng ngày một nặng hơn, chẳng những bị xuất huyết dạ dày mà còn chỉ có thể ăn đồ ăn lỏng. Y tá ngày ngày đều phải cẩm ống xông để đầy thức ăn chưa tiêu hóa hết ra khỏi dạ dày anh ta. Từ một người khỏe mạnh nặng gần 90 cân, anh ta sụt xuống chỉ còn 45 cân, cuối cùng bác sĩ nói bệnh của anh ta đã vô phương cứu chữa.

Sau khi biết tin, anh ta lại cảm thấy nhẹ nhõm hơn nhiều, bèn thầm nghĩ: Nếu bệnh đã không chữa trị được nữa, vậy thì còn việc gì mình muốn mà chưa thực hiện được nhỉ? Cuối cùng anh ta nói với bác sĩ rằng muốn đi du lịch khắp thế giới. Bác sĩ kinh ngạc nhìn anh ta: “Anh điên rồi à? Anh sẽ bỏ mạng nơi xứ người đấy.” Song anh ta lại nói: “Không vấn đề gì, tôi đã định sẽ mang theo quan tài rồi.” Nói đến đây, anh ta lập tức đi mua một cỗ quan tài, sau đó thương lượng với công ty vận tải, chỉ cần anh ta chết thì sẽ đưa thi thể vào kho lạnh.

Chuẩn bị xong xuôi, anh ta lên tàu đi về phương Đông, kì lạ là anh ta không hề chết trong khoảng thời gian mà bác sĩ dự đoán, trái lại còn ngày càng cảm thấy khỏe hơn. Anh ta không cần uống thuốc, cũng chẳng cần rửa dạ dày nữa. Một thời gian sau, anh còn ăn được mọi thứ, hút được xì gà, uống được rượu vang nữa. Anh ta cùng vui chơi, trò chuyện với hành khách trên tàu, dường như quên hết mọi phiền não trước đây. Khi trở lại Boston, bác sĩ phát hiện ra chúng loét dạ dày của anh ta đã khỏi hoàn toàn. Đó cũng chẳng phải là chuyện kí tích gì, bởi y học hiện đại đã chứng minh rằng, lo lắng và bệnh dạ dày có liên quan mật thiết với nhau. Chỉ cần vứt bỏ những nỗi lo không cần thiết thì tâm tình chẳng những sẽ trở nên thoải mái hơn mà cơ thể cũng ngày càng khỏe mạnh.

Công thức xóa bỏ muộn phiền



*Bước 1:* Đừng hoảng loạn, phải bình tĩnh phân tích tình hình hiện tại. Nếu gặp thất bại thì suy nghĩ xem hậu quả xấu nhất là gì? Nếu điều gặp phải chưa là chuyện xấu nhất thì không cần thiết phải âu sầu đau khổ.



*Bước 2:* Thủ bắt đầu với kết quả xấu nhất, xem bản thân liệu có chấp nhận được nó hay không. Có lúc, kết quả thường không tồi tệ như chúng ta tưởng tượng, vì thế, không nên hoảng hốt mà phải bình tĩnh đối mặt.



*Bước 3:* Thủ chấp nhận kết quả xấu nhất. Tưởng tượng rằng mình là người đã từng trải qua thất bại, từ đó khiến cho tâm trạng thoải mái hơn. Sau đó, dồn thời gian và công sức vào để thay đổi kết quả xấu nhất đó.

### Bài học quan trọng

*Chúng ta đừng bao giờ coi thường những nỗi muộn phiền, chúng không những có thể hủy hoại khả năng sáng tạo và ý chí mà còn có thể làm hại đến sức khỏe của chúng ta. Khắc phục nỗi âu lo chính là cách hữu hiệu nhất để giải quyết vấn đề, đồng thời cũng là biểu hiện cho ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân.*

## Nguyên văn

*Hồi con người, bạn luôn là một công dân của quốc gia hay thế giới vĩ đại này, vậy năm năm hay ba năm thì có gì khác biệt đối với bạn? Bởi những chuyện phù hợp với luật pháp thì đều là công bằng với tất cả. Nếu không có bạo quân thì cũng không thể có những viên quan bất lương đuổi bạn khỏi đất nước mình, thứ đuổi bạn đi chỉ là quy luật tự nhiên – thứ đã đưa bạn đến, vậy thì điều này còn có gì đau khổ đáng nói đến nữa? Cũng giống như một viên quan chấp pháp thuê một anh diễn viên, giờ lại cho anh ta thôi việc, bắt anh ta rời khỏi sân diễn vậy. “Nhưng tôi vẫn chưa diễn xong năm màn, mới chỉ được có ba màn thôi!” – Bạn nói đúng, nhưng trong cuộc đời, ba màn chính là toàn vở kịch rồi, chuyện “thế nào mới là vở diễn hoàn chỉnh” được quyết định bởi những nguyên nhân cấu thành nên vở kịch đó, giờ lại giải tán những người là nguyên nhân cấu thành đó, song bạn lại chẳng phải nguyên nhân ấy. Vậy thì hãy hài lòng mà rút lui, bởi người khai trừ bạn cũng sẽ hài lòng.*

## LỜI VÀNG Ý NGỌC

Dù tiến lùi ra sao cũng không chịu nhục nhã

Cho dù bạn đã tung huy hoàng ra sao thì vở kịch cuộc đời sớm muộn cũng sẽ hạ màn. Khi đối mặt với chuyện rút lui khỏi sân diễn, nhiều người đều cảm thấy hoang mang, tại sao mình khổ cực một đời, đến cuối cùng lại chẳng được gì cả? Marcus Aurelius nói với ta rằng: Phải bình tĩnh đôi mắt, có vậy cuộc đời mới có được một cái kết hoàn hảo.

Thời cổ đại có một vị quan lớn, khi tại vị hưởng không biết bao nhiêu vinh hoa phú quý, còn làm tới chức Tể tướng. Khi về nghỉ, ông nhận ra trước đây nhà mình nhộn nhịp bao nhiêu thì giờ vắng lặng bấy nhiêu, những kẻ trước kia hạ mình luôn cúi, nịnh bợ ông nay cũng không thấy bóng dáng đâu nữa. Thế là ông ta trở nên buồn bã, lâu dần sinh bệnh. Ban bè của Tể tướng biết nguyên do ông bị bệnh thì nói: “Ông cũng là người lắn lộn biết bao năm giữa chốn quan trường, sao còn không biết đạo lí này chứ? Khi ông nắm quyền chức trong tay, người khác có việc nhờ ông, đương nhiên họ sẽ hết mực cung kính. Giờ ông chẳng có quyền hành gì thì ai còn cần đến nịnh bợ ông nữa, sao ông còn mong người người đều nhớ tới ân tình trước đây của mình được?” Quả vậy, căn bệnh của ông ta chính là do không chấp nhận được thực tế rằng mình đã bị ghê lạnh, đây cũng là ví dụ cho việc không chuẩn bị được tâm thế tốt khi đối mặt với chuyện rút lui vào “hậu trường” của cuộc đời.

Thời Xuân Thu Chiến Quốc, câu chuyện Việt Vương Câu Tiễn nằm gai ném mật nhin nhục công phá nước Ngô đã được lưu truyền rộng khắp, Văn Chung và Phạm Lãi cũng được coi là đệ nhất công thần phò trợ Việt Vương. Khi Câu Tiễn đã công thành danh toại, Phạm Lãi ý thức được rằng đã đến lúc rút lui, bèn chủ động xin cáo quan về quê, ông nói với Văn Chung: “Câu Tiễn chỉ có thể chung hoạn nạn, không thể cùng hưởng vinh hoa, chúng ta hãy đi thôi!” Văn Chung không nghe lời khuyên can, cuối cùng bị Câu Tiễn ban cho cái chết. Còn Phạm Lãi sau khi cáo quan thì làm ăn buôn bán, giàu sang nhất vùng, được nhiều người ngưỡng vọng. Đó cũng chính là điều mà Marcus Aurelius đã nói, cuộc đời chỉ có ba màn, tại sao bạn lại muốn diễn hết cả năm màn? Nếu như cuộc đời không được mãi mãi vinh hoa thì khi thời gian đã đến, chúng ta nên chủ động bắt đầu một cuộc đời khác, không tiếc nuối khi từ bỏ tất cả những vinh hoa phú quý từng có trước đây.

## Hạ màn cũng là nghệ thuật

Phạm Lãi (536 TCN – 448 TCN), tự Thiếu Bá, là nhà chính trị, quân sự và kinh tế cuối thời Xuân Thu. Ông là người đất Uyển nước Sở (nay là Nam Dương, Hà Nam), từng phò trợ Việt Vương Câu Tiễn đánh bại Ngô Vương Phù Sai, giúp nước Việt trở thành một trong “Xuân Thu ngũ bá”. Ông có các tác phẩm như *Kế nhiên biên*, *Đào Chu Công sinh ý kinh*...



Văn Chung (? – 472 TCN), tự Hội, Thiếu Cầm, là người đất Dĩnh thuộc nước Sở (nay gần Giang Lăng, Hồ Bắc), là nhà mưu lược nổi tiếng cuối thời Xuân Thu. Ông là mưu sĩ cho Việt Vương Câu Tiễn, cùng Phạm Lãi lập nhiều công lớn, giúp Câu Tiễn đánh bại Ngô Vương Phù Sai. Sau khi diệt Ngô, Văn Chung không nghe lời can gián của Phạm Lãi mà tiếp tục làm quan, cuối cùng bị ban kiém cho tự sát.



Khi bậc quân vương đã công thành danh toại thì thường đố kị với quyền lực và tài trí của công thần. Vì thế, những công thần ngày trước lúc này nên từ bỏ chốn vinh hoa mà trở về an dưỡng tuổi già.

Đã giúp quân vương rửa thù đền hận, lại lập bao công lao hiển hách thì sao có thể rời bỏ lúc được hưởng phúc thái bình? Quân vương nhất định sẽ hậu đãi ta, ban cho ta nhiều của cải và quyền lực.



Không ai có thể huy hoàng mãi mãi, có quyền lực và tiền tài vĩnh viễn. Khi cuộc đời đã lên đến đỉnh cao thì nên suy nghĩ có nên thuận thế rút lui không.



### Bài học quan trọng

Hãy mỉm cười không phải là chịu thua và rút lui, cũng không có nghĩa là sự huy hoàng của cuộc đời đã chấm hết hoàn toàn, nếu chúng ta xây dựng ý nghĩa cuộc đời hoàn toàn bằng sự công nhận của người khác thì khó tránh khỏi thất vọng. Vì thế, kiên trì theo đuổi lí tưởng và niềm tin của bản thân thì sẽ có một tấm lòng khoan dung, khoáng đạt.



Tên gốc tiếng Hi Lạp là Ta Eis Heautòn, tên tiếng Anh là Meditations  
Ý chỉ các trường học dành cho đồng đảo quần chúng nhân dân.