

Hạnh Phúc

Chúng ta thường mất cả cuộc đời để đi tìm kiếm hạnh phúc nhưng đôi khi đến cuối đời vẫn phải tự hỏi: hạnh phúc là gì?

Có những người lao tâm khổ tứ để có được công danh, tiền bạc, tình yêu... nhưng ngay cả khi đạt được chúng thì hạnh phúc vẫn là thứ gì đó thật mong manh, khó nắm giữ.

Bởi hạnh phúc không phải là điểm đến mà là mỗi bước chân chúng ta đi. Thế nên nếu bạn có kiếm tìm điểm đến ấy thì cả cuộc đời thì cũng sẽ chẳng bao giờ tìm thấy.

Thực tế thì hạnh phúc không hề khó đạt tới như ta tưởng. Chỉ cần nắm được những bí quyết đơn giản sau đây, cuộc sống của bạn sẽ luôn tràn ngập hạnh phúc, bất kể trong mọi hoàn cảnh nào.

H 1. Không phải lúc nào cuộc sống cũng phức tạp và rối tung như chúng ta tưởng. Đôi khi, mọi chuyện rất đơn giản. Miễn là bạn cảm thấy vui vẻ thì đó chính là sống.

a 2. Luôn tuân thủ nguyên tắc đạo đức của bạn. Hãy tin vào những giá trị mà bạn được nuôi dưỡng và tin tưởng. Không bao giờ cho phép những người khác tước bỏ điều đó khỏi bạn.

n 3. Quan trọng hơn, đừng bao giờ kìm nén nụ cười. Hãy cười to, thật và sáng khoái. Hãy tâm niệm rằng: “Luôn miệng mỉm cười, may mắn tự nhiên đến”.

h Có một câu nói nổi tiếng của Thiền sư Thích Nhất Hạnh rằng “Đôi khi niềm vui mang đến nụ cười. Nhưng cũng đôi khi, chính nụ cười mang tới niềm vui”.

ú **C** Và cuối cùng, đôi lúc hãy thử làm những việc mà bạn vẫn sợ. Sẽ rất vui đấy! Hãy thử làm những điều bất ngờ, bất thành linh bạn lại ngộ ra một điều hay ho nào đấy.