

LỜI HAY Ý ĐẸP

Tác Phẩm của Kim Hà

Nhà Xuất Bản GIỜ CỦA MẸ.

Ấn Hành Lần Thứ Nhất tại Hoa Kỳ, 2020

TÁC GIẢ GIỮ BẢN QUYỀN.

Xin liên lạc với tác giả nếu cần trích dịch

In tại nhà in riêng của Nhà Xuất Bản.

COPY RIGHTS BY KIM HA.

ALL RIGHTS RESERVED.

PRINTED IN THE UNITED STATES OF AMERICA

NATIONAL LIBRARY OF CONGRESS, USA

CATALOGUING IN PUBLICATION DATA.

NHÀ XUẤT BẢN GIỜ CỦA MẸ

10582 MAST AVE,

GARDEN GROVE, CA 92843-5116

(714) 265 1512

www.memaria.org

Email: memaria2000@yahoo.com

LỜI HAY Ý ĐẸP

Bản Quyền của Kim Hà,

Copyright by Kim Hà

Năm 2020

MỤC LỤC

Bài 1: Đãi Cát Tìm Vàng

Bài 2: Hạnh Phúc

Bài 3: Đời Đáng Sống Hay Không Đáng Sống

Bài 4: Tình Yêu Quý Hiếm

Bài 5: Buông Bỏ

Bài 6: Đếm Những Ôn Lành Chúa Ban

Bài 7: Biến Sỏi Đá Thành Kim Cương

Bài 8: Cảm Tạ Ôn Lành Của Chúa

Bài 9: Cầu Nguyện Và Chiêm Niệm

Bài 10: Lời Khôn Ngoan Về Tình Yêu

Bài 11: Niềm Vui Là Lời Rao Giảng

Bài 12: Gắn Bó Với Lý Tưởng Cao Cả

Bài 13: Đời Cần Có Nụ Cười

Bài 14: Học Cách Lướt Sóng

Bài 15: Dễ Mà Khó

Bài 16: Cung Đàn Muôn Điệu

Bài 17: Ai Cầu Nguyện Là Chim Phượng Hoàng

Bài 18: Chữ “Đừng” Gối Trọn Cuộc Sống

Bài 19: Chữ Tâm Bằng Ba Chữ Tài

Bài 20: Đối Xử Tử Tế Với Mọi Người

Bài 21: Tập Sống Nhân Đức

Bài 22: Tử Tế Là Điều Quan Trọng

Bài 23: Tử Tế Và Yêu Người

Bài 24: Hạnh Phúc

Bài 25: Tử Tế Và Lòng Trắc Ẩn
Bài 26: Tử Tế Và Dịu Dàng
Bài 27: Bất Hiếu Là Tội Lớn Nhất
Bài 28: Nguồn Cảm Hứng Cho Người Khác
Bài 29: Trái Tim Nhân Ái và Lòng Tử Tế
BÀI 30: Hãy Cứ Sống Tử Tế
Bài 31: Tử Tế Là Ánh Sáng
Bài 32: Nhân Ái Và Lòng Tử Tế
Bài 33: Lời Khôn Ngoan
Bài 34: Lòng Tri Ân
Bài 35: Nụ Cười
Bài 36: Tạ Ôn Chúa Trong Mọi Sự
Bài 37: Tạ Ôn Và Ngợi Khen Chúa
Bài 38: Đức GH Gioan XXIII Khuyên
Bài 39: Luôn Tri Ân Chúa
Bài 40: Đếm Các Phép Lạ Chúa Ban
Bài 41: Vạn Sự Do Tình Yêu Sáng Tạo
Bài 42: Vui Mừng Và Hân Hoan
Bài 43: Sống Lạc Quan
Bài 44: Giúp Người Khác
Bài 45: Hạnh Phúc Là Biết Chia Sẻ
Bài 46: Đừng Bao Giờ Trách Ai
Bài 47: Hạt Ngọc Trai Của Kiên Nhẫn
Bài 48: Hạnh Phúc Đơn Giản
Bài 49: Hạnh Phúc Là Chiến Thắng Bản Thân
Bài 50: Vui Với Điều Mình Có

Bài 51: Tri Ân

Bài 52: Hãy Cho Đi

Bài 53: Thay Đổi Lối Sống

Bài 54: Vinh dự lớn nhất-Bảo vệ Tổ quốc

Bài 55: Châm Ngôn

Bài 56: Lòng Chúa Thương Xót

Bài 57: Lời Khôn Ngoan

Bài 58: Sống Hạnh Phúc.

Bài 59: 12 Điều Tâm Niệm của Thánh GH GP II

Bài 60: Lời Khuyên của ĐGH JP II

Bài 61: 12 Lời Khôn Ngoan của Thánh GH Gioan PhaoloII

Bài 62: Thái Độ Xử Thế Tốt

Bài 63: Tha Thứ và Vui Vẻ

Bài 64: Nguồn Cảm Hứng

Bài 65: Cuộc Đời Đáng Sống

Bài 66: Cuộc Sống Sẽ Hạnh Phúc Hơn

Bài 67: Mẹ

Bài 68: Hãy Làm Điều Thiện

Bài 69: Niềm Vui Lan Toả

Bài 70: Cảm Hứng Cho Cuộc Sống

Bài 71: Cầu nguyện Là Thắp Sáng

Bài 72: Cuộc Sống Sung Mãn

Bài 73: Điều Tâm Đắc

Bài 74: Gửi Hương Cho Gió

Bài 75: Hưởng Cuộc Sống

Bài 76: Thịnh Lặng và Cầu Nguyện

Bài 77: Tín Thác

Bài 78: Nhẫn Nhịn

Bài 79: Cầu Nguyện

Bài 80: Trái Tim

Bài 81: Dịu Dàng

Bài 82: Tự Chủ

Bài 83: An Nhiên

Bài 84: Chân Thành

Bài 85: Hiếu Con Minh

Bài 86: Cầu cho Linh Mục

Bài 87: Cầu nguyện xin ơn chữa lành

Bài 88: Trân Trọng

Bài 89: Thần Khí Chúa

Bài 90: Tươi Trẻ

Bài 91: 12 Bước Tránh Luyện Ngục

Bài 92: Tình Chúa, Tình Người

Bài 93: 15 LỜI VÀNG NGỌC CỦA THÁNH Padre Pio

Bài 94: Khôn Ngoan

Bài 95: Học Cách Im Lặng

Bài 96: Chữ Tâm

Bài 97: Sáng Tạo

Bài 98: Niềm Vui

Bài 99: Can Đảm

Bài 100: Tâm Lượng Đất Trời

Bài 101: Tin Mừng

Bài 102: Tình Bạn

Bài 103: Ân Huệ

Bài 104: Ánh Sáng

Bài 105: Bình An

Bài 106: Nguyễn Cầu

Bài 107: Yêu

Bài 108: Bạn Yêu

Bài 109: Trấn Tĩnh

Bài 110: Lạc Quan

BÀI 1: ĐÁI NGỌC TÌM VÀNG

Chúng tôi đã sưu tầm và dịch thuật khoảng 100 bài về những LỜI HAY Ý ĐẸP. Sẽ lần lượt công hiến quý vị trước khi in thành sách. Mong sẽ là chút hương thơm làm cho cuộc sống mọi người lên hương và thi vị. (KH)

1. “Lạy Chúa, Chúa đã dựng nên con cho Chúa và tâm hồn con còn mãi bản khoán, khắc khoải cho đến khi được nghỉ yên trong Chúa.” St. Augustino
2. “Những lời nói tử tế có thể rất ngắn và rất dễ nói nhưng âm vang của chúng sẽ thật sự tồn tại vĩnh viễn.”
3. Hãy viết những khó khăn của bạn trên bãi cát nhưng khắc ghi những phúc lành trên đá.
4. “Khi ta mất đi một ơn lành thì có những ơn lành khác được Chúa ban cho cách bất ngờ.”
5. “Hãy suy nghĩ về những ơn lành hiện tại mà mỗi một người đều nhận được. Đừng suy nghĩ về những bất hạnh trong quá khứ vì tất cả mọi người đều có những bất hạnh.”
6. “Sống thật và hết lòng. Biểu lộ tình yêu nồng nàn. Chia sẻ tâm tình cách hăng say. Theo đuổi các giấc mơ của bạn. Làm những gì bạn nói. Hát và nhảy múa theo âm nhạc của bạn. Tạ ơn Chúa về những phúc lành. Làm cho ngày hôm nay thật xứng đáng để ghi nhớ. “
7. “Có những vết thương lòng mà chỉ có thái độ tử tế và lòng trắc ẩn mới có thể chữa lành.”
8. “Chỉ có với tình yêu chân thành và lòng trắc ẩn mà chúng ta mới có thể bắt đầu vá vúi lại những gì đã đổ vỡ trên thế giới.”
9. "Tình yêu và lòng trắc ẩn là hai ơn phúc có thể chữa lành những trái tim tan vỡ.”
10. Hãy yêu thương hết mình thì sẽ nhận được tình yêu chân thành.
11. Hãy biết rằng bạn không bao giờ cô đơn vì Chúa luôn ở cùng bạn. Ngài ôm ấp

bạn, an ủi bạn và nhất là Ngài yêu thương bạn cho dù bạn là ai đi nữa.

12. Hãy dùng cuộc đời bạn để vinh danh Chúa ngay cả khi bạn phải làm điều ấy một mình.

13. Thời giờ ngọt ngào nhất trong ngày là khi bạn cầu nguyện. Bởi vì đó là lúc mà bạn nói chuyện với Đấng yêu thương bạn nhiều nhất.

14. Cho đến nay, tôi còn sống được là nhờ vào ơn Thánh Chúa và những người thân yêu mà Chúa gửi đến. (Kim Ha)

15. Cành lá rũ, chim gọi bầy đậu kín

 Gió rung cây, chim cũng chẳng bay đi

 Dấu lung lay, chim chẳng sợ điều gì

 Vì chim biết nơi đất lành chim đậu.

Kim Hà sáng tác, dịch thuật và sưu tầm, 6/5/2019

Bài 2: HẠNH PHÚC

Hạnh phúc là gì? Đến nơi đâu mới tìm được hạnh phúc? Con người vẫn luôn mong muốn tìm đến được bến bờ hạnh phúc, nhưng lại không hiểu một điều quan trọng...

1. Bạn nghèo khó, nhưng có người nguyện đi cùng bạn chính là hạnh phúc.
2. Bạn đau ốm, có người tận tình chăm sóc cho bạn chính là hạnh phúc.
3. Khi bạn lạnh, có người ôm bạn chính là hạnh phúc.
4. Khi bạn khóc, có người an ủi bạn, là hạnh phúc.
5. Khi bạn già, có người bầu bạn cùng, cũng là hạnh phúc.
6. Bạn sai, có người bao dung, tha thứ cho bạn, cái này là hạnh phúc.
7. Bạn vất vả, có người thương xót, đây cũng chính là hạnh phúc.

8. Hạnh phúc không phải là quanh bạn có bao nhiêu người, mà là có bao nhiêu người bên cạnh bạn.
9. Hạnh phúc không phải là bạn lái những chiếc xe sang trọng, mà là bạn lái xe về đến nhà bình an.
10. Hạnh phúc không phải là bạn tích trữ được bao nhiêu tiền, mà là mỗi ngày thể xác và tâm hồn được tự do, được làm những việc mình yêu thích.
11. Hạnh phúc không phải là vợ của bạn xinh đẹp ra sao, mà là vợ của bạn luôn có thể nở nụ cười rạng rỡ.
12. Hạnh phúc không phải được ăn ngon mặc đẹp, mà là không có bệnh, không có tai ương.
13. Hạnh phúc không phải lúc bạn thành công được tung hô nhiệt liệt, mà là lúc bạn sa cơ vẫn có người nói: “Bạn tôi à! Cố lên!”
14. Hạnh phúc không phải là bạn nghe qua bao nhiêu lời ngon ngọt, mà là khi bạn bi thương rơi lệ, vẫn có người nói với bạn: “Không sao đâu mà, có tôi ở đây...”

Sưu tầm

Bài 3: ĐỜI ĐÁNG SỐNG HAY KHÔNG ĐÁNG SỐNG?

Kính tặng những ai cảm thấy cô đơn và trống vắng trong cuộc sống! (KH)

1. Lạy Chúa là Đấng Sáng Tạo, con kính chào Chúa. Chúa đã ban ánh sáng để lấy đi bóng tối của vũ trụ. Con cảm tạ Chúa vì Ngài đã ban ánh sáng chiếu vào bóng tối của trái tim con qua sự hiện diện của Con Chúa là Chúa Giêsu Kito. Amen.
2. Cho dù có ai nghĩ gì về bạn, hãy cứ luôn hát bài ca của mình.
3. Nghệ thuật đẹp đẽ nhất là hãy nhìn sâu vào đôi mắt của ai đó khi họ nói về những điều họ yêu thích.
4. Một con chim đậu trên cành cây không bao giờ sợ cành cây bị gãy bởi vì nó không những tin vào cành cây mà còn tin vào đôi cánh của chính mình. Hãy tin nơi chính mình.

5. Luôn cầu nguyện để có đôi mắt nhìn mọi sự tốt nhất nơi con người, có một trái tim để tha thứ những điều xấu xa nhất, có một tâm trí để quên đi những sự xấu, và có một linh hồn không bao giờ mất niềm tin nơi Thiên Chúa. Amen!

6. Khi gặp người độc ác, đừng lắng nghe. Khi gặp người cộc cằn, hãy tránh đi. Khi gặp người muốn hạ nhục bạn, hãy cứng rắn. Đừng bao giờ để thái độ tồi tệ của người khác phá hoại sự bình an nội tâm của bạn.

7. Nếu bạn thấy ai đó bị bỏ lại đằng sau, hãy đi bên cạnh họ. Nếu bạn thấy ai đó bị mọi người bỏ rơi và không để ý đến họ, thì hãy tìm cách kết bạn với họ. Nếu ai đó bị xô té ngã thì hãy nâng đỡ họ và vực họ dậy. Hãy luôn nhắc nhở về giá trị thật của họ. Một hành động dù nhỏ bé của bạn nhưng lại có ý nghĩa rất lớn lao đối với họ.

8. Tương lai thuộc về những ai tin vào vẻ đẹp của các giấc mơ của họ.

9. Tôi tin tưởng nơi Chúa, không phải do cha mẹ tôi bảo tôi, không phải do giáo hội bảo tôi nhưng bởi vì chính tôi cảm nghiệm được sự nhân lành và lòng Chúa thương xót. Amen.

10. “Không phải tự nhiên mà có những người tốt lành. Những người tốt lành nhất là những ai đã trải qua cảnh bị đánh gục ngã, đã biết nổi thống khổ, đã biết phấn đấu, đã biết mất mát và đã tìm được con đường thoát khỏi những vực sâu. Những người này biết ghi ơn, có tính miễn cảm và có một sự hiểu biết về cuộc sống nên họ có lòng trắc ẩn, dịu dàng và một mối quan tâm yêu thương sâu đậm. Không phải tự nhiên mà có những người tốt lành.”

Kim Hà dịch thuật, 2012-2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 4: TÌNH YÊU QUÝ HIẾM

1. Trong cuộc đời, bạn đã thu lượm biết bao nhiêu vật rác rưởi trong nhiều năm trường, hãy vứt bỏ hết cho nhà sạch sẽ.

2. Hãy thanh tẩy trái tim bằng cách sống nghèo khó và có tinh thần khiêm nhường trong nội tâm.

3. Sống trọn vẹn với hiện tại.

4. Hãy trân trọng mỗi giây phút của cuộc sống như thể đó là phút cuối của cuộc đời.
5. Hãy trân quý cuộc sống.
6. Hãy luôn sống trọn vẹn, cao thượng và thanh sạch.
7. Không tìm kiếm điều gì khác ngoài trừ Thánh Ý Thiên Chúa.
8. Không lãng phí thời gian.
9. Khi bạn có bình an thì bạn có niềm vui.
10. Tất cả chương trình, ao ước và lo âu của bạn chỉ là những làn khói sẽ bị gió cuốn đi.
11. Chỉ có Thánh Ý Chúa là bền vững.
12. Chỉ có Chúa là Đấng ban cho bạn hạnh phúc.
13. Hãy tìm kiếm những gì Chúa muốn.
14. Hãy tín thác nơi Chúa vì chỉ có Chúa ban cho bạn những gì mà bạn tìm kiếm.
15. Các linh hồn đuổi theo cầu vồng sẽ vượt mất những bảo vật mà Chúa đặt dưới bàn chân họ. Họ sẽ bị bỏ lại để theo đuổi một tương lai không xảy ra và không hiện hữu.
16. Đây là một cuộc tập dượt rất mỏi mệt cho những linh hồn mang trong lòng những giấc mộng lý tưởng mà không đọc Lời của Chúa, không nhìn thấy sự huy hoàng mà Thánh Ý Chúa dành cho họ ở trong hiện tại.
17. Một cuộc tình mà không có tình yêu chân thật thì có thể nở hoa và trông rất đẹp, nhưng tất cả chỉ kéo dài trong một thời gian ngắn ngủi.
18. Tình yêu chân thành kéo dài vô tận, nền tảng của tình yêu chân thật không phải là tình dục mà là sự hy sinh cho người mình yêu.
19. Tình yêu và mối liên hệ chân thành chỉ phát xuất từ tình yêu. Tình yêu chân thành dựa trên lòng hy sinh.

20. Trong cuộc đời, có lúc bạn gặp được một người sẽ chiếm trọn trái tim, tâm trí và linh hồn bạn. Bạn sẽ cảm thấy hạnh phúc như chưa từng bao giờ xảy ra. Tình yêu bạn dành cho người ấy sẽ bay cao, vượt thoát khỏi mọi ràng buộc và trở ngại của cuộc đời. Lúc ấy, trái tim bạn sẽ không nói dối bạn. Do đó, đừng cố gắng che dấu hoặc chống lại cảm xúc ấy."

Kim Hà dịch thuật và sưu tầm, 8/5/2019

BÀI 5: BUÔNG BỎ

1. Cách buông bỏ đơn giản nhất chính là hoán đổi.
2. Nguyên nhân khiến người ta không buông bỏ là vì không giành được thứ tốt hơn.
3. Dùng thức ăn chay thay cho thức ăn mặn, con sẽ buông bỏ được con dao mổ.
4. Dùng bố thí thay cho giành giật, con sẽ buông bỏ được lòng tham.
5. Dùng tín ngưỡng thay cho hư vô, con sẽ buông bỏ được nỗi trống rỗng.
6. Dùng trí tuệ thay cho ngu dốt, con sẽ buông bỏ được cố chấp.
7. Dùng chính niệm thay cho tạp niệm, con sẽ buông bỏ được nông cuồng.
8. Dùng nhẫn nại thay cho báo thù, con sẽ buông bỏ được giận dữ.
9. Dùng yêu thương thay cho tham lam, con sẽ buông bỏ được đau tim.
10. Tu hành không phải là buông bỏ, mà là để hiểu lẽ hoán đổi.

Kim Hà sưu tầm

BÀI 6: ĐẾM NHỮNG ƠN LÀNH CHÚA BAN

1. "Những ơn lành trở nên ngọt dịu hơn với những lời cầu nguyện và lời cảm tạ."
2. "Những mảnh lát nếu được sử dụng với ý tốt thì có thể trở nên những ơn phúc, nhưng nếu sử dụng cho những mục đích đen tối thì đó là cuộc bắt đầu của những tai họa khó lường." (T.F. Hodge)
3. "Đôi lúc chúng ta quá chú tâm đến những gì mà chúng ta không có mà không biết cảm tạ Chúa về những gì chúng ta đã có." (Jeff Dixon)
4. "Bạn sẽ phải đối phó với những sự chống đối khi mà bạn đang tiến gần những phép lạ lớn lao." (Shannon L. Alder)
5. "Hạnh phúc là kết quả của những nỗ lực riêng tư. Bạn chiến đấu cho hạnh phúc, cố gắng đạt đến hạnh phúc và nhiều lúc còn đi du lịch khắp thế giới để tìm kiếm hạnh phúc. Bạn cần phải cộng tác để cho những ơn phúc xảy ra. Một khi bạn đạt đến hạnh phúc rồi, thì phải giữ gìn hạnh phúc mà không được lơ là mà phải bơi lội trong hạnh phúc. Nếu không thì bạn sẽ không còn hài lòng nữa."
6. "Thật là dễ dàng cầu nguyện khi bạn gặp rủi ro. Nhưng khi rủi ro đã đi qua thì bạn vẫn phải tiếp tục cầu nguyện để giúp cho linh hồn bạn được thanh thoi và bình an." (Elizabeth Gilbert)
7. "Đừng ước ao mà hãy làm đi. Đừng thử mà hãy trở nên một ai đó. Đừng suy nghĩ mà hãy biết, và trên tất cả: Hãy chúc lành cho một người lạ mặt với một hành động tử tế." (T.F. Hodge)
8. "Hỡi tất cả mọi người, xin Chúa chúc phúc cho chúng ta!" (Charles Dickens)

9. “Để chúng kiến phép lạ thì hãy đếm các ơn phúc của bạn và cảm tạ Chúa. Mỗi ngày chúng ta cảm tạ Chúa về những ơn lành nhỏ bé thì dần dà chúng ta có những phúc lành lớn lao.” (T.F. Hodge)

10. “Có ơn lành thật sự là khi một người được nghe tiếng gọi ông là: “Ba ơi, Ba ơi.”

11. “Chúa yêu thích những ai cảm thấy xứng đáng được hưởng hạnh phúc trước khi thực sự có hạnh phúc.” (Criss Jami)

12. “Khi bạn gặp thử thách, hãy nhớ lại những chiến thắng trong quá khứ; đếm những ơn phúc mà bạn đã có. Bạn sẽ có một niềm hy vọng vững chắc nếu bạn có đức tin.” (Ezra Taft Benson)

13. “Hãy chúc phúc cho ân nhân của bạn và xin Chúa ban bình an cho con cháu của họ.” (Scott Lynch)

14. “Khi ta chịu khó đọc và tìm hiểu Thánh Kinh thì rất nhiều ơn lành và lợi ích đủ mọi loại sẽ đến với ta. Đây là một môn học đem lại nhiều lợi ích hơn tất cả những môn học khác.” (Howard W. Hunter)

15. “Chúng ta có một mối liên hệ tốt đẹp nên chúng ta hãy yêu thương nhau. Hãy tỏ lòng nhân từ và làm điều tốt đẹp cho nhau. Một trái tim tử tế là một ơn phúc lớn lao nhất trong vũ trụ.” (Amit Ray)

16. “Tiền bạc không thể mua ơn lành được.” (Ron Hall)

17. “Điều quan trọng nhất trong cuộc sống của tôi là làm một người mẹ tốt lành nhất đối với các con của tôi. Tôi là người mẹ có nhiều ơn phúc và tình yêu. Tôi có thể hướng dẫn các con, cầu nguyện cho họ và tương lai họ. Tôi xin Chúa cho họ đi theo con đường tốt nhưng tôi sẽ cho phép họ chọn cuộc sống riêng tư của họ.” (Elizabeth Payson Prentiss)

18. “Đừng đếm ơn phúc mà hãy để ơn phúc đếm. Hãy an hưởng cuộc sống!” (Bernard Kelvin Clive)

19. “Làm sao tôi có thể đếm các ơn lành của mình khi mà tôi không biết tên nhưng ơn lành ấy?” (Rita Dove)

20. “Con yêu dấu ơi, mẹ luôn đón chào con, ao ước có con ở trong trái tim mẹ, trong thì giờ, sức mạnh, sức khỏe và trong cuộc sống cầu nguyện lâu dài của mẹ. Mẹ yêu thương con và cảm thấy Chúa đang chúc lành cho mẹ.” (Elizabeth Payson Prentiss)

Kim Hà, 2019

BÀI 7: BIẾN SỎI ĐÁ THÀNH KIM CƯƠNG

1. Làm thế nào để thành công trong cuộc sống? Hãy nói ít đi. Thở sâu hơn. Mặc quần áo lịch sự. Làm việc chăm chỉ. Cư xử cách đứng đắn. Tiết kiệm đều đặn. Ăn uống hợp lý. Ngủ đầy đủ. Hành động dũng cảm. Suy nghĩ cách sáng tạo. Kiếm tiền cách lương thiện. Dành dụm một cách thông minh.

2. Hãy luôn tự nhủ mình: “Tôi sẽ không dừng lại khi mệt mỏi, tôi chỉ dừng lại khi đã hoàn thành.”

3. Thời điểm mà bạn đã sẵn sàng buông xuôi mọi thứ thường lại là thời điểm ngay

trước khi một phép lạ xảy ra, vì thế đừng dễ dàng từ bỏ.

4. Nếu một quả trứng bị vỡ do lực bên ngoài thì sự sống kết thúc. Nếu một quả trứng bị vỡ bởi một lực từ bên trong thì cuộc sống bắt đầu.

5. Những điều tuyệt vời nhất trong cuộc sống cũng được hình thành từ bên trong nội tâm của mỗi con người.

6. "Bóng tối không thể xua đuổi bóng tối đi mà chỉ có ánh sáng mới có thể xua tan bóng tối. Thù hận không thể xua đuổi thù hận mà chỉ có tình yêu mới có thể khử trừ hận thù." (Martin Luther King, Jr.)

7. "Mùa Chay là mùa thích hợp để từ bỏ, chúng ta có thể chịu thiếu thốn, để giúp đỡ và làm cho người khác trở nên phong phú nhờ cái nghèo của chúng ta..." ĐGH Phanxico (Sứ Điệp Mùa Chay Thánh 2014)

8. Hãy tin tưởng vào Thượng Đế với cả tấm lòng. Điều này rất là quan trọng. Thương yêu và sống vì người khác mà không chỉ sống cho bản thân mình." (Cố Bác sĩ Richard Teo)

9. "Tôi thích ở giữa mọi người cùng với những người đau khổ. Giáo Hoàng là người cũng cười, cũng khóc, cũng ngủ và cũng có những người bạn như tất cả mọi người. Một con người bình thường." (ĐGH Phanxicô, 2014)

10. Không ai sinh ra mà được hạnh phúc ngay, nhưng tất cả mọi người đều được sinh ra với khả năng tạo hạnh phúc.

11. Bốn ý tưởng hay cho cuộc sống:

-Nhìn lại đằng sau để có Kinh nghiệm !

-Nhìn về phía trước để thấy Hy vọng !

-Nhìn xung quanh để tìm ra Thực tại !

-Nhìn vào bên trong để tìm thấy Chính mình!

12. Tại sao ta lại đổ lỗi cho một người nào đó trong đời mình? Người Tốt mang Hạnh Phúc cho ta. Người Xấu cho ta Kinh Nghiệm. Người Tệ nhất thì cho ta một

Bài Học.

13. "Sống đơn giản, yêu thương quảng đại, chăm sóc cẩn thận, nói lời tử tế và giao mọi sự còn lại cho Chúa lo." (Live simply, love generously, care deeply, speak kindly, and leave the rest to God.)

14. Bài học tốt nhất trên đời là hãy lắng nghe mọi người và học hỏi từ mọi người, vì không một ai có khả năng hiểu biết tất cả mọi chuyện. Tất cả mọi người đều hiểu biết một điều gì đó.

15. Bạn hữu là người biết ta rất tường tận, am hiểu gốc gác của ta, chấp nhận chỗ đứng của ta và vẫn dịu dàng để cho ta tiến tới.

16. Tàu bè không chìm vì nước ở chung quanh nó. Tàu bè chìm vì có nước lọt vào trong khoang tàu. Đừng để những gì xảy ra chung quanh bạn làm ảnh hưởng cuộc đời bạn và làm cho bạn cảm thấy bi quan và nản lòng.

17. Hãy luôn sống khiêm nhường và tử tế! Amen.

18. Vị tha hàm chứa một sức mạnh vô tỉ, đã biến những con người xấu số trở thành biểu tượng vĩ đại của tấm lòng thiện lương cao cả.

19. Hãy chăm sóc thân xác bạn như là bạn sẽ sống mãi mãi; và hãy chăm sóc linh hồn bạn như là bạn sẽ chết vào ngày mai. (St. Augustine)

20. Thì giờ của Chúa luôn chính xác. Hãy tin tưởng, tín thác và cho phép điều ấy xảy ra.

21. Những điều tốt lành nhất trong cuộc sống đều miễn phí: gia đình, bạn hữu, ôm hôn, mỉm cười, hôn, ngủ, cười lớn, tình yêu và kỷ niệm tốt.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

BÀI 8: CẢM TẠ ƠN LÀNH CỦA CHÚA!

1. Xin Chúa cho tất cả mọi người khỏi mọi nguy hại,

Xin Chúa cho tất cả mọi người khỏi mọi nỗi buồn phiền,

Xin Chúa cho tất cả mọi người khỏi mọi nỗi thống khổ.

2. Hãy học từ những cây bút chì màu: Chúng có nhiều màu sắc khác nhau, cái thì sắc nhọn, cái thì cùn; cái thì đẹp, cái thì xấu; cái thì có màu sắc sặc sỡ, cái thì có màu đen tối, nhưng tất cả những cây bút chì đều nằm yên và có thứ tự trong một cái hộp đựng bút.

3. Hãy luôn có nụ cười trên khuôn mặt, có bài hát trong trái tim, vì nụ cười là dấu hiệu của sự vui mừng, vòng tay ôm hôn là dấu hiệu của tình yêu và tiếng cười lớn là dấu hiệu của hạnh phúc.

4. Đa số những người đi vào huyết mộ vẫn còn có âm nhạc trong trái tim họ.

5. Bạn có thể chỉ là một người trong thế giới nhưng lại là cả một thế giới cho một người.

6. Ký ức của quá khứ có thể là gánh nặng nhưng cũng có thể là một ơn phúc.

7. Anh em thuận hoà thì tốt đẹp biết bao!

1 Ca khúc lên Đền. Của vua Đa-vít.

Ngọt ngào tốt đẹp lắm thay,

anh em được sống vui vầy bên nhau,

2 Như dầu quý đổ trên đầu

xuống râu xuống cổ áo chầu A-ha-ron,

3 Như sương từ đỉnh Khéc-môn

toả trên đồi núi Xi-on lan tràn,

nơi đây ân huệ CHÚA ban,

chính là sự sống chứa chan muôn đời. (TV 133: 1-3)

8. “Mỗi khi tôi nghĩ có hàng triệu người trên thế giới không được may mắn và sung sướng bằng tôi thì tôi cảm tạ Chúa vì những ân huệ Chúa ban cho tôi.”

9. “Nếu tôi làm mọi sự để xây đắp vinh quang của riêng tôi mà không phải cho vinh quang của Chúa và không cho ích lợi hay phần rỗi của các linh hồn thì mọi sự kể như là hư vô và lãng phí.”

10. “Khi mẹ tôi đánh thức tôi dậy vào đầu năm mới, trước hết, tôi muốn cầu nguyện và cảm tạ Chúa về tất cả những gì mà Chúa ban cho tôi trong năm vừa qua. Tôi cảm tạ Chúa vì đường lối làm việc của Ngài thật là tuyệt vời cho dù có những khi tôi không hiểu hết mọi sự. Tôi cảm tạ Chúa vì tình yêu của Ngài vì trong tất cả những nỗi thất vọng và thống khổ của cuộc sống của tôi thì chính Ngài đã giúp đỡ tôi chịu đựng mọi sự. Vì thế mọi sự trở nên những ơn lành và làm cho tôi hiểu được sự hiện diện gần gũi của Chúa. Do đó tôi có thể vui vẻ vác thánh giá hàng ngày của mình. Thật sự, tôi cảm nghiệm được rằng quyền năng của Chúa được biểu lộ một cách tuyệt đối trong sự yếu đuối của tôi.” (Diet Eman)

11. “Chúng ta cần phải tham gia không ngừng nghỉ trong các ơn phúc mà Chúa ban cho chúng ta.” (Elizabeth Gilbert)

12. “Những ai muốn gạt hái những ơn phúc của tự do thì phải đi qua những khó nhọc và mệt mỏi để yểm trợ tự do ấy.” (Thomas Paine)

13. “Phúc lành giống như niềm vui của cơn sóng nơi biển cả khi tìm được bến bờ. Xin cho những tiếng cười vang dội trong tâm hồn bạn như cơn gió làm cho các cây cỏ nhảy múa. Xin cho cuộc sống bạn tràn đầy ơn phúc. Giống như ánh sáng mặt trăng làm đổi mới trái đất, xin cho tư tưởng của bạn đầy sự tôn kính và nể phục Thiên Chúa toàn năng.”

14. “Như nước ở dưới muôn hình vạn trạng dựa theo hình dáng chiếc bình chứa nước. Xin cho bạn được tự do trở nên con người mà bạn muốn. Một nụ cười lặng lẽ ở bên kia nói rằng: ‘Xin cho tâm trí con trong sạch không vẩn đục. Xin cho sự cầu nguyện và sự lắng nghe của con sâu đậm đủ để nghe được chiều sâu tiếng cười của Thiên Chúa.’” (John O'Donohue)

15. “Hãy tự giải thoát khỏi sự khúc mắc và bi kịch của cuộc sống. Hãy sống đơn sơ. Hãy nhìn sâu vào nội tâm. Trong khả năng của chính mình, hãy nhìn xem thì sẽ biết rằng Chúa ban cho mình tài năng vô biên và ân huệ vô vàn. Vì thế ta hãy sống trọn vẹn và làm trọn mục đích sống mà chúng ta đã được chúc phúc.” (Steve

Maraboli)

16. "Hãy chúc lành cho những ngôi nhà mà bạn đến thăm. Khi bạn chúc lành cho một gia đình hay một ngôi nhà thì bạn làm cho tâm trí những người khác nghĩ đến việc chúc lành và muốn sống xứng đáng với những ơn phúc Chúa ban.

17. "Khi bạn chúc lành cho ai đó được ơn niềm vui thì nên chúc thêm cho họ được ơn bình an, đầy tình yêu, thịnh vượng, hạnh phúc và mọi sự tốt lành khác." (Maya Angelou)

18. "Những người được sinh ra trong cảnh giàu có và những người khi ước mơ mà được ơn lành ngay lập tức thì họ sẽ không biết được niềm hạnh phúc chân thật của cuộc đời. Chỉ có những người bị ném xuống nước trong mưa gió bão bùng, trong biển cả sóng gió, bị vùi dập, bị cô đơn thì những người ấy mới nhận thức được sự chúc phúc khi có khí hậu tốt đẹp." (Alexandre Dumas)

19. "Dù cho thời gian dường như vụt bay, nhưng nó không bao giờ bay một lúc hai ngày mà chỉ là mỗi lần một ngày mà thôi. Mỗi ngày là một cơ hội mới để sống cuộc sống sung mãn của bạn. Mỗi ngày khi thức dậy, bạn sẽ tìm thấy các ơn huệ và cơ hội mới để thay đổi trong chiều hướng tích cực. Đừng để cho ngày hôm nay của bạn bị cướp đoạt bởi những điều xấu xảy ra trong quá khứ hay bởi tương lai vô định. Hôm nay là một ngày mới!" (Steve Maraboli)

20. "Những kẻ vô ơn không khám phá ra lòng thương xót, nhưng những trái tim biết ơn sẽ tìm thấy trong mỗi giây phút là những phúc lành từ Thiên Đàng ban xuống." (Henry Ward Beecher)

Kim Hà, 2019

BÀI 9: CẦU NGUYỆN VÀ CHIÊM NIỆM

1. Người ta không nhìn thấy bóng đen chung quanh những người được bao bọc bởi ánh sáng thế nào, thì các điều tầm thường cũng không thể lôi cuốn được sự chú ý của những người chiêm niệm Chúa Kitô như vậy. (Thánh Gregory Nyssa)

2. Khi bùng cháy lửa khát khao Thiên Chúa, có thể nói tâm trí anh em sẽ dần dần giữ sạch được nhục dục và mọi suy tư hoặc ký ức đã bị gây ra do các ấn tượng xấu

xa; đồng thời nó được tràn đầy lòng kính thờ và hân hoan. Bây giờ, anh em có thể kết luận rằng nó đã đến được biên cương của sự cầu nguyện. (Thánh Nilus Sinai)

3. Việc chiêm niệm Thiên Chúa được hứa ban cho chúng ta như mục đích của mọi hành vi và là sự viên mãn muôn đời cho mọi niềm vui của chúng ta. (Thánh Augustine)

4. Khi một người thoát được cảnh chia trí và cảm thấy tâm trí mình được Chúa soi sáng, được tràn ngập niềm vui, thì họ đã gần đạt đến chỗ cầu nguyện hoàn hảo. (Thánh Barsanuphius)

5. Chỉ cần yêu thích những sự trên cao là đã vươn cao rồi. (Thánh Gregory Cả)

6. Nếu không xa lánh thế gian, chẳng ai có thể gặp được Thiên Chúa. Khi nói xa lánh, tôi không có ý nói về việc thay đổi chỗ ở thể lý, nhưng là xa lánh các sự trần tục. Nhân đức siêu thoát hệ ở chỗ không để tâm trí vướng bận về trần thế.

7. Nếu một người chỉ đọc mà không đi sâu vào ý nghĩa cao siêu của những dòng chữ, thì tâm hồn họ vẫn còn nghèo nàn; và sức mạnh thánh thiện là thứ đem lại của ăn ngọt ngào cho tâm hồn – nhờ sự hiểu biết kỳ diệu của linh hồn – vẫn còn mờ yếu trong họ.

8. Cầu nguyện là một chuyện còn chiêm niệm trong cầu nguyện là một chuyện khác... Cầu nguyện là gieo vãi, còn chiêm niệm là gặt hái, khi người thợ ngõ ngành nhìn thấy cảnh tượng tuyệt vời mở ra trước mắt: những quả bắp xinh đẹp trở ra từ những hạt giống trần trụi bé nhỏ mà họ đã gieo vãi. (Thánh Isaak Syria)

9. Khi được tình yêu thôi thúc, tâm trí vươn lên cùng Thiên Chúa, không còn một cảm thức nào về bản thân hoặc về một sự vật nào khác. Được chiếu soi trong ánh sáng vô biên Thần Linh, tâm trí vô cảm trước mọi tạo vật, giống như con mắt thể lý không nhìn thấy các ngôi sao trong ánh nắng của mặt trời.

10. Phúc cho tâm trí nào vượt qua được mọi tạo vật để liên lễ vui mừng trong sự Toàn Mỹ của Thiên Chúa. Nhờ lời cầu nguyện tinh ròng, linh hồn hoàn toàn được ly thoát các tạo vật, và có thể được Thiên Chúa mang đi trên những đôi cánh. (Thánh Maximus Hiễn Tu)

11. Ơn chiêm niệm chỉ được ban cho khát vọng thao thức và nài nẵng. (Thánh Bernard)

12. Tấm mạng là gì đối với con mắt, thì các tư tưởng trần thế và những tính toán về cuộc sống đối với tâm trí, hoặc con mắt linh hồn cũng như vậy. Bao lâu còn để chúng tồn tại, chúng ta sẽ không nhìn thấy gì; nhưng khi chúng ta vứt bỏ chúng đi nhờ việc nhớ đến sự chết, chúng ta sẽ nhìn thấy ánh sáng đích thực là ánh sáng chiếu soi cho mọi người bước vào thế gian. (Thánh Simeon thần học gia mới)

13. Khổ nhọc của chúng ta ở đời này thì ngắn ngủi, nhưng phần thưởng thì muôn đời. Chúng ta đừng để mình bị phiền nhiễu vì tiếng ồn ào của thế gian đang đi qua như một chiếc bóng. Chúng ta đừng để những khoái lạc giả trá của thế gian lừa đảo phỉnh gạt chúng ta. (Thánh Clare Assisi)

14. Linh hồn chúng ta được Đấng Tối Cao yêu thương một cách đặc biệt, vượt trên khả năng nhận thức của bất kỳ tạo vật nào... Không thụ tạo nào có thể biết được Đấng Tạo Hoá yêu thương chúng ta bao nhiêu, ngọt ngào đến đâu và dịu dàng thế nào. Và do đó, với ân sủng và sự trợ giúp của Người, chúng ta có thể đứng vững trong Chúa Thánh Thần, mãi mãi thán phục tình yêu cao quý, vô biên, vượt quá phạm vi nhân loại mà Thiên Chúa Toàn Năng vì lòng tốt lành đã dành cho chúng ta. (Chân phúc Julian Norwich)

15. Mọi hình ảnh mờ nhạt về Thiên Chúa mà người ta có thể đạt được đều siêu vượt trên mọi đau đớn và mọi niềm vui mà nhân loại có thể nghĩ ra. (Thánh Catherine Genoa)

16. Tôi đã mắc một lầm lỗi nghiêm trọng... Nếu như tôi đã bắt đầu nhận ra một người yêu thích tôi, và tôi cũng đem lòng yêu thích người ấy, tôi sẽ say mê người ấy đến độ trí nhớ của tôi thường hướng đến người ấy và lúc nào cũng nghĩ về người ấy, mặc dù tôi không chú ý xúc phạm đến Thiên Chúa... Nhưng sau khi tôi đã được nhìn thấy vẻ đẹp của Chúa [trong một thị kiến], thì tôi không còn thấy ai sánh được với Đấng mà tư tưởng của tôi muốn nghĩ đến nữa. (Thánh Têrêsa Avila)

17. Hãy học để biết sống với ý hướng yêu mến, mong đợi Thiên Chúa trong trạng thái tĩnh lặng.

18. Chiêm niệm là sự thông trào ấn nhiệm, an bình và yêu mến của Thiên Chúa, nếu được chấp nhận, nó hun đốt linh hồn trong ngọn lửa Thánh Thần tình yêu. (Thánh Gioan Thánh Giá)

19. Các tội trung của Thiên Chúa có tập quán phòng sẵn một số lời nguyện tắt và suốt ngày thường xuyên dâng lên trời cao, hướng tâm trí về Thiên Chúa từ nơi đầm lầy thế gian. (Thánh Philip Neri)

20. Quả thật, tiếng của Thiên Chúa, một khi đã hoàn toàn thấu nhập tâm hồn, sẽ trở nên mạnh mẽ như giông tố và âm vang như sấm động; nhưng trước khi vào đến tâm hồn, tiếng ấy yếu ớt như một hơi thở thoáng nhẹ, hầu như không làm khuấy động không khí. Nó tránh lánh sự ồn ào, và lặng lẽ giữa những náo động. (Thánh Ignatius Loyola)

Kim Hà sưu tầm, 2019

BÀI 10: LỜI KHÔN NGOAN VỀ TÌNH YÊU

1. Nếu Chúa đóng cửa lớn thì Ngài mở một cửa sổ.”

2. Chỉ có những gì trường cửu là cần phải nói, chớ không nên nói những cái tạm thời.

(BOURDELLE)

3. Chỉ có người mà ta yêu thương nhất mới làm cho ta đau khổ nhiều nhất mà thôi. (J.CHARDONNES)

4. Chỉ có sự hy sinh không đòi hỏi quá đáng thì mối tình mới bền vững lâu dài. (BEETHOVEN)

5. Chỉ có tâm hồn thanh thoát mới biết yêu đích thực. (J.VINCENT)

6. Chỉ có thập giá Chúa Giêsu mới đủ sức khai sáng cho ta hiểu mẫu nhiệm sự đau khổ.(P. MORTIER)

7. Chỉ có thời gian, chứ không phải lý luận, là có thể chữa được những vết thương lòng do tình yêu gây ra.(P.SYRUS)

8. Chỉ có Thượng Đế mới hiểu được người phụ nữ suy nghĩ thế nào trong lòng họ.(FOUCAULT)

9. Chỉ có tình bác ái và một trận hồng thủy bác ái mới có thể cứu vãn thế giới này. (MARITAIN)

10. Chỉ có tình bạn cao cả mới nảy sinh tình yêu chân chính.(M.GORKI)

11. Chỉ có tình yêu mãnh liệt mới có thể xua tan những hiểu lầm nhỏ nhặt nảy sinh trong cuộc sống chung. (T.DREISER)

12. Chỉ có tình yêu mới có lối giải thoát. Nó coi thường các tạm bợ, đẩy lui các trở ngại, xua đuổi những điều tầm thường. Nó làm chéng choáng lòng quảng đại và tiêu diệt hẳn tính vị kỷ của ta. (Sr. ELISABETH DE LA TRINITE)

13. Chỉ có tình yêu mới làm tôi táo bạo và kiên quyết. Tình yêu sẽ chỉ lối khi chẳng có đường đi. Đó là vị thần bách chiến bách thắng nhất trong tất cả các vị thần. (EURIPIDE)

14. Chỉ có tình yêu vĩ đại trong mộng mơ vĩ đại mà thôi. (E ROSTAND)
15. Chỉ có trái tim mới bay lẹ như chim én. (LACORDAIRE)
16. Chỉ kẻ nào bị đau khổ, mới thông cảm được nỗi đau khổ của kẻ khác. Có những nỗi khổ mà chỉ khi nào ta có kinh nghiệm bản thân, ta mới có thể giúp đỡ người khác chịu đựng đau khổ và thoát khỏi đau khổ. (G. COURTOIS)
17. Chỉ khi nào biết xả thân cho người khác ta mới thành công trong đời và nhận biết niềm vui từ Thiên Chúa.(MICHEL QUOIST)
18. Chỉ khi nào người ta hy sinh chính mình mới thật là biết yêu. (ST.THÉRÉSE LISIEUX)
19. Chỉ khi nào ta yêu, ta mới biết sức mạnh của tình yêu như thế nào. (ABBÉ PRÉVOST)
20. Chỉ làm chủ được mình mới có thể thống trị kẻ khác.(GM TISSIER)

Kim Hà sưu tầm

Bài 11: NIỀM VUI LÀ LỜI RAO GIẢNG

1. Chỉ làm trai dậm nghìn da ngựa, Gieo Thái Sơn nhẹ tựa hồng mao.(Đoàn Thị Điểm)
2. Chỉ một đời đã sống cho kẻ khác mới đáng sống. (EINSTEIN)
3. Chỉ một ngày yêu đương, cả cuộc đời đều biến đổi. (R.BROWNING)
4. Chỉ ngu mới biết mình thánh, chỉ thánh mới biết mình ngu.
5. Chỉ người nào yêu linh hồn bạn mới là kẻ yêu bạn.
6. Chỉ những kẻ nào có nhẫn nại hoàn thành những việc dễ mới biết nghệ thuật làm được dễ dàng những việc khó. (SCHILLER)
7. Vô phúc cho kẻ nào không bao giờ cần đến người khác. (P. MARTEL)
8. Chính Chúa Kitô đã cứu độ những ai đặt hy vọng nơi Ngài. (T.KEMPIS)
9. Chỉ khi chiếu tỏ niềm hoan lạc quanh ta thì ta sẽ cứu vớt được nhiều linh hồn. Bởi vì niềm vui tự nó đã là một lời rao giảng rồi. (E.LAMY)
10. Khi chịu đựng nhiều thất bại thì ta có quyền được thành công. (MERMOSZ)
11. Chính là tình yêu, chính là tình yêu làm cho trời đất quay cuồng.
12. Chính mình chẳng kiếm hãm nỗi mình mà cứ muốn chà đạp lên người khác.

13. Chính nhân cách làm nên con người. (LOCKE)
14. Chính những con người táo bạo lãnh đạo và cứu vớt thế giới chứ không phải những con người nhu nhược. (P.BESSIERES)
15. Những thứ chúng ta biết đã ngăn cản không cho chúng ta hiểu những gì chúng ta chưa biết. (A.DAULES)
16. Phẩm hạnh chứ không phải vàng bạc làm nên trang sức cho phụ nữ. (MÉNANDRE)
17. Sự bền bỉ và nỗ lực tạo ra ý chí. Lao động là trường đào luyện tính tình. (LABOULAYE)
18. Tình yêu khiến cho thế giới xoay vần. Không có tình yêu, loài người sẽ bước vào ngày tận thế. (A GILBERT)
19. Trong khi hồi tâm sắp xếp, chỉnh đốn và hướng dẫn thì hành động trở nên phong phú. (LYAUTEY)
20. Trong tình yêu trọn vẹn ta tìm ra được tự do của chính mình. (TAGORE)

Kim Hà sưu tầm

Bài 12: LỜI HAY Ý ĐẸP: GẮN BÓ VỚI LÝ TƯỞNG CAO CẢ

Kính tặng những bậc Thầy của con, những người đã hy sinh mọi sự vì vinh quang Thiên Chúa và vì lợi ích các linh hồn người sống và kẻ chết. Con tri ân các ngài! (KH)

1. Vì sự hờ hững và thiếu sinh động của tôi mà một số người không bao giờ khám phá được khuôn mặt đích thực của Đức Kitô và Giáo hội Ngài. (MICHEL GUERY)
2. Chớ bảo điều thiện này nhỏ mà không làm, chớ bảo chuyện ác kia nhỏ mà làm.
3. Chớ đem điều mình giỏi mà bắt người khác cũng làm như thế. Chớ đem điều mình hay mà khinh người không được thế.
4. Chờ đợi cho thân thể cường tráng, thể lực tốt mới khởi sự hành động thì đó là mình tự đẩy mình vào bất động và khô cạn. (H.PERREYVE)
5. Chớ gì tôi không bao giờ thất vọng, vì như thế làm tổn thương đến Chúa và khước từ Ngài là tình yêu. (A.VALENSIN)
6. Chớ khinh bỉ người khác hay chê tư tưởng và hành động của họ bởi vì bên dưới mỗi điều đó còn một mảnh chân lý mà chúng ta cần phải khám phá. (E. IESEUR)
7. Chớ khinh việc nhỏ mà nhàm. Điều ác nhỏ làm thành tội lỗi lớn. Lỗi nhỏ làm đắm thuyền.

8. Chớ làm, ta không thể đùa với Chúa. Ai gieo gì, gặt nấy. (Galát 6:7)
9. Chớ nên lo người ta không biết mình, chỉ lo mình không biết phân biệt người ta mà thôi. (Luận Ngữ)
10. Chớ nói công việc này khó, có khó mới nên người. (PASCAL)
11. Chỗ toàn thiện của con người không phải là do quyền lực. Chỗ toàn thiện của con người chính là lòng phục thiện của mình. (TAGORE)
12. Chọn lựa giữa lý trí và tín điều là một chọn lựa ngu dại. Đúng hơn nên sống sâu sắc vì những tín điều vượt qua lý trí. (TIHBON)
- *13. Nếu chọn lý tưởng kỹ lưỡng thì sẽ là một ngọn đèn và là ân huệ lớn cho đời sống. Bậc vĩ nhân, thiên tài và những Đấng Thánh đã thành công lớn lao chỉ nhờ ôm ấp lý tưởng cao cả ấy. (Emerson)
14. Chọn trước rồi hãy yêu. (Sénèque)
15. “Phù vân, quả là phù vân. Tất cả chỉ là phù vân.” (Gv 1,2)
16. Mọi sự đều đi về một nơi, mọi sự đều đến từ bụi đất, mọi sự đều trở về bụi đất.” (Gv 3, 20)
17. Đừng đi đằng trước tôi vì tôi không phải là người theo đuôi. Đừng đi phía sau tôi vì tôi không phải người dẫn đầu. Hãy cùng sánh bước bên nhau và là bạn của nhau. (Albert Camus)
18. Chân lý cuối cùng của cuộc đời này là tình yêu. Yêu có nghĩa là sống và sống là yêu.
19. Chân lý như hạt kim cương, nó chiếu muôn mặt chứ không phải chỉ chiếu có một mặt. (GOETHE)
20. Chân lý và hoa hồng đều có gai. (H.G.Bohn)

Kim Hà sưu tầm

LỜI HAY Ý ĐEP BÀI 13: ĐỜI CẦN CÓ NỤ CƯỜI

1. Chân lý như ánh sáng làm mờ cả mắt. Sự giả dối, trái lại như bóng hoàng hôn làm nổi bật lên cả mọi mặt. (ALBERT CAMUS)
2. Chỉ cần một nụ cười thì mọi sự đều có thể. (G.CESBRON)
3. Chỉ có ai không biết sợ cho sự thành công của mình thì mới dám nói thẳng những chân lý trái với thời đại. (J.J ROUSSEAU)
4. Chỉ có bậc thông thái mới biết rõ mình là người ngu dốt mà thôi. (V.HUGO)
5. Chỉ có cái lọ và cái muỗng mới biết trong lọ đựng gì. (MALTE)
6. Chỉ có con người đang yêu mới có quyền mang danh hiệu con người. (A.BLOCK)
7. Chỉ có kẻ nào chăm lo đến hạnh phúc của người mình yêu thì kẻ ấy mới thật là người có tình yêu chân thật. (HÉLOISE)
8. Chỉ có kim cương mới rạch được kim cương. Chỉ có tình yêu mới đối lại được tình yêu. (DEFLERS)
9. Chỉ có một đẳng cấp tồn tại trong xã hội là đẳng cấp của giá trị, của sự lương thiện và luân lý. (MERMOZ)
10. Một điều Chúa Giêsu muốn chúng ta làm chứng là: Chúng ta yêu thương nhau và cuộc đời chúng ta là những chuỗi hành động minh chứng có một Đấng vô hình nhưng sống động, không sờ thấy nhưng vẫn tác động. (DELBREL)
11. Chỉ có một số người có khả năng làm việc tông đồ bằng lời nói, nhưng mọi người đều có thể làm việc tông đồ bằng đời sống lương thiện hoặc bằng một đời sống Kitô hữu sinh động. (C. DE FOUCAULD)

12. Chỉ có một tình yêu, nhưng có hàng ngàn bản sao khác nhau. Phải yêu không ngừng sau khi đã yêu. (A.DE MUSSET)
13. Chỉ có một vấn đề duy nhất trên cõi đời là tái khám phá ra rằng có một đời sống tâm linh cao hơn đời sống trí tuệ. Chỉ có đời sống tâm linh mới làm thỏa mãn con người, làm con người cảm nghiệm ý nghĩa thiêng liêng và những ưu tư của mình. (ST. EXUPÉRY)
14. "Ngọc không dũa không sáng, người không bị gian nan thử thách cũng không trở nên toàn thiện được." (KHÔNG TỬ)
15. "Hạnh phúc của con người là làm cho người khác được hạnh phúc." (L. TOLTOIS).
16. Dầu ta không thể đem cho người ấy tài sản của cải, nhưng ta vẫn có thể trao cho người ấy một phần của trái tim mình.
17. Quá khứ là nơi bạn đã học được những bài học. Tương lai là nơi bạn áp dụng bài học đó. Vì thế đừng từ bỏ giữa chừng.
18. Nếu bạn sinh ra trong nghèo khó, đó không phải là lỗi của bạn. Nhưng nếu bạn chết trong nghèo khó, thì đó là lỗi của bạn. (Bill Gates)
19. Cho dù quá khứ bạn khắc nghiệt thế nào, bạn luôn luôn có thể bắt đầu lại.
20. Đôi lúc bạn đối mặt với khó khăn không phải vì bạn làm điều gì đó sai mà bởi vì bạn đang đi đúng hướng.

Kim Hà sưu tầm

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 14: HỌC CÁCH LƯỢT SỐNG

1. Những điều tốt đẹp đến với ai tin tưởng, những điều tốt hơn đến với ai kiên nhẫn và những điều tốt nhất chỉ đến với người không bỏ cuộc.
2. Cuộc hành trình ngàn dặm phải bắt đầu từ những bước đầu tiên.
3. Đừng mơ trong cuộc sống mà hãy sống cho giấc mơ.
4. Cuộc sống không có nghĩa là dễ dàng vì nó luôn luôn biến động. Đôi lúc hạnh phúc, có lúc lại khổ đau. Nhưng với tất cả những bước thăng trầm trong cuộc sống, bạn lại học được những bài học làm cho bạn mạnh mẽ hơn.
5. Khi cuộc sống đặt bạn vào tình thế khó khăn, đừng bao giờ nói: "Tại sao lại là tôi?" Mà hãy nói: "Tôi sẽ cố gắng!"
6. Rất nhiều người sợ nói ra những gì họ muốn, đó là lý do tại sao họ không có được những gì mình muốn.
7. Bạn không thể chặn những con sóng nhưng bạn có thể học cách làm thế nào để lướt sóng. (Jon Kabat-Zinn)
8. Trong cuộc săn đuổi giữa báo và nai, rất nhiều lần con nai dành phần thắng. Bởi vì con báo chạy vì nhu cầu thức ăn còn con nai chạy để tồn tại. Hãy nhớ rằng: "Mục tiêu quan trọng hơn nhu cầu."
9. Thời gian là để tạo ra điều gì đó. Khi bạn nói: "Tôi không có thời gian!" Thì đồng nghĩa với việc bạn nói: "Tôi không muốn làm điều đó!"
10. Một trong những điều tốt nhất trong cuộc sống là nhận ra là mình hoàn toàn hạnh phúc mà không cần đến những thứ mà bạn nghĩ rằng mình cần nó nhất.
11. Mỗi khi mỗi bước trên con đường mình đã chọn, hãy tự nhủ mình: "Tiếp tục đi, đừng dừng lại. Mỗi bước có thể khó hơn nhưng đừng dừng lại. Viễn cảnh đẹp nhất là lúc ở trên đỉnh cao". Hãy luôn thúc đẩy mình bằng cách nghĩ về viễn cảnh hạnh phúc ở tương lai.
12. Đừng nghĩ mãi về quá khứ. Nó chỉ mang tới những giọt nước mắt. Đừng nghĩ nhiều về tương lai. Nó chỉ mang lại lo sợ. Sống ở hiện tại với nụ cười trên môi. Đó sẽ là niềm vui cho bạn.
13. Khi bạn cảm thấy muốn buông xuôi, hãy nhớ lại rằng tại sao bạn đã đứng ở đó.

14. Nếu bạn hỏi một người giỏi trượt băng đá rằng: "Làm sao để thành công?" Anh ta sẽ nói với bạn rằng: "Té ngã nhưng khi đứng dậy là thành công." (ISAAC NEWTON)

15. Tiến về phía trước không có nghĩa là bạn quên đi những điều đã xảy ra. Nó chỉ nói lên rằng bạn phải chấp nhận và tiếp tục sống.

16. Đừng lãng phí thời gian của bạn để nhìn lại những gì đã mất. Hãy bước đi tiếp vì cuộc sống không có nghĩa là đi du lịch về miền quá khứ.

17. Nếu tôi chọn suy nghĩ hạnh phúc, tâm trạng của tôi sẽ hạnh phúc, sướng vui. Nếu tôi chọn suy nghĩ tiêu cực, tâm trạng của tôi sẽ trở nên tồi tệ. Suy nghĩ của tôi tạo ra tâm trạng. Điều đó thật đơn giản.

18. Càng mất nhiều thời gian chờ đợi một điều gì đó bạn càng hiểu rõ giá trị của nó khi nhận được. Bởi vì bất cứ thứ gì có giá trị, chắc chắn phải chờ đợi.

19. Mỗi ngày có thể không phải là ngày tốt nhưng chắc chắn sẽ có điều gì đó tốt đẹp mỗi ngày. Hãy mỉm cười và đón nhận ngày mới với thái độ hào hứng và tích cực.

20. Không quan trọng khi bạn nghĩ rằng cuộc sống này tuyệt vời hay tồi tệ ra sao. Hãy thức dậy mỗi buổi sáng và cảm ơn Thiên Chúa Bởi vì vẫn có những người ở một nơi nào đó đang phải chiến đấu để tồn tại.

Kim Hà su tâm

LỜI HAY Ý ĐẸP BÀI 15: Dễ mà khó

1. Dễ là khi bạn có một chỗ trong sổ địa chỉ của ai đó

- Nhưng khó là khi bạn tìm được một chỗ trong trái tim.

2. Dễ là khi đánh giá lỗi lầm người khác

- Nhưng khó là khi biết kiểm soát lời nói của mình

3. Dễ là khi làm tổn thương một người mà bạn yêu thương

- Nhưng khó là khi làm lành vết thương của họ

4. Dễ là khi tha thứ cho người khác

- Nhưng khó là khi làm cho người khác tha thứ cho mình

5. Dễ là khi đặt ra các nguyên tắc

- Nhưng khó là khi làm theo chúng

6. Dễ là khi nằm mơ hằng đêm

- Nhưng khó là khi chiến đấu vì một ước mơ

7. Dễ là khi thể hiện chiến thắng

- Nhưng khó là khi nhìn nhận một thất bại

8. Dễ là khi vấp phải một hòn đá và ngã

- Nhưng khó là khi đứng dậy và đi tiếp

9. Dễ là khi hứa với ai một điều gì

- Nhưng khó là khi hoàn thành lời hứa đó
- 10. Dễ là khi chúng ta nói rằng chúng ta yêu thương
- Nhưng khó là khi làm cho người khác cảm nhận được
- 11. Dễ là khi phê bình người khác
- Nhưng khó là khi cải thiện chính bản thân mình
- 12. Dễ là khi để xảy ra sai lầm
- Nhưng khó là khi học từ những sai lầm đó
- 13. Dễ là khi buồn bực vì một điều gì đã mất
- Nhưng khó là khi quan tâm đủ đến những điều đó và đừng làm mất
- 14. Dễ là khi nghĩ về một việc
- Nhưng khó là khi ngừng suy nghĩ và bắt đầu hành động
- 15. Dễ là khi nghĩ xấu về một người khác
- Nhưng khó là khi cho họ một niềm tin
- 16. Dễ là khi nhận
- Nhưng khó là khi cho
- 17. Dễ là khi đọc những điều này
- Nhưng khó là khi bạn thực hiện nó
- 18. Nếu cơ hội không gõ cửa,

Hãy xem lại chính mình đã xây một cánh cửa chưa?

Kim Hà sưu tầm, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 16: CUNG ĐÀN MUỐN ĐIỀU

1. Đồng xu luôn tạo tiếng ồn ào nhưng tiền giấy luôn im ắng. Vậy khi giá trị của bạn tăng lên thì hãy giữ thanh lặng và khiêm nhường.
2. Tiền bạc nói: Hãy kiếm tiền. Cuốn lịch nói: Hãy giữ lịch. Thời giờ nói: Hãy hoạch định thời khóa biểu. Tương lai nói: Hãy hướng về tương lai. Cái đẹp nói: Hãy yêu vẻ đẹp. Nhưng Thiên Chúa nói: Hãy Nhớ Đến Ta.
3. Người mạnh chiến đấu cho chính họ nhưng người mạnh nhất chiến đấu cho những người khác.
4. Một khuôn mặt đẹp không có ý nghĩa gì nếu như họ có trái tim không đẹp.
5. Bạn có biết tại sao khó tìm hạnh phúc không? Bởi vì bạn từ chối không quên đi những gì làm cho bạn buồn phiền.
6. Khi điều gì đổ vỡ thì hãy cố gắng sửa chữa lại, đừng vứt đi, nhất là trong tình yêu.
7. Hãy nhớ tình trạng hiện tại không phải là điểm cuối vì những sự tốt lành sẽ đến.
8. Khi mọi sự không đi đúng đường phải thì hãy rẽ trái.

9. Hãy cảm tạ Chúa khi sự xấu xảy ra trong cuộc sống vì nó làm cho ta mở mắt và nhận ra những sự tốt lành mà trước đó ta không hề để ý đến.
10. Một người có bàn giấy bừa bộn là dấu hiệu người ấy bận rộn và bẽ bối nhưng nếu bàn giấy một người trống trơn thì đó là dấu hiệu gì? (Albert Einstein)
11. Tâm trí lập lại những gì mà trái tim không vứt bỏ.
12. Chán nản là sống trong quá khứ, lo âu là sống trong tương lai. Bình an là sống trong hiện tại.
13. Một quyết định khó nhất trong cuộc sống là chọn bỏ đi hay ở lại cố gắng thêm lên.
14. Không bao giờ nên chơi với những con người tiêu cực mà hãy chơi với những người có thái độ tích cực.
15. Hãy nhớ rằng những mối liên hệ tốt không phải do tình cờ mà xảy ra nhưng nó đòi hỏi thì giờ, kiên nhẫn và sự cộng tác xây dựng giữ hai người.
16. Ai cũng muốn hạnh phúc chứ không muốn đau khổ nhưng thiên nhiên mà còn cần phải có những cơn mưa trước khi có cầu vồng rực rỡ.
17. Mỗi ngày có thể có những sự không tốt nhưng có một số điều tốt xảy ra trong mỗi ngày.
18. Không bao giờ nên quên ba loại người trong cuộc sống của ta: những người giúp đỡ ta trong lúc khó khăn, những người lìa xa ta khi ta gặp khó khăn và những người gây cho ta những sự khó khăn.
19. Có những người không bao giờ ghi nhận và tri ân những điều tốt mà ta làm cho họ. Đến khi ta ngừng làm thì họ mới nhận ra.
20. Không nên dạy cho con làm giàu mà dạy cho con biết sống hạnh phúc. Khi lớn lên nó sẽ biết giá trị của hạnh phúc thay vì giá cả của đồ dùng.

Kim Hà dịch thuật

BÀI 17: AI CẦU NGUYỆN LÀ CHIM PHƯỢNG HOÀNG

1. “Con hãy đặc biệt tự kiểm thảo và diệt trừ nơi con người của con những tật xấu mà con không thích khi thấy chúng nơi kẻ khác”. (Gương phước I, 25,4)
2. “Con đừng mong tiến bộ bước nào, khi con chưa dám tự nhận mình còn thua kém người khác”. (Gương phước II, 11,1)
3. “Nếu muốn kẻ khác chịu đựng mình, con phải biết chịu đựng người khác”. (Gương phước II, 3,2).
4. “Người không cầu nguyện sẽ giống như loài gà, vừa cất cánh bay là đã rơi xuống đất”. (Thánh Vianney).
5. “Người biết cầu nguyện là con phượng hoàng bay mỗi lúc càng cao, xem chừng nó bay tới mặt trời”. (Thánh Vianney)

6. “Khi cầu nguyện, đừng lảm lời, chỉ cần nhận có Chúa trong nhà cầu, hãy mở rộng cửa lòng, vui với sự có mặt của Chúa, cầu nguyện như thế là hay nhất”. (Thánh Vianney).
7. “Là người, ai lại không làm lỗi, chỉ có người điên mới ngoan cố đeo đuổi sự lầm lạc của mình”. (Cicéron).
8. “Chúa có thể sáng tạo một thế giới đẹp hơn, nhưng Ngài không tạo dựng một con người đẹp hơn Đức Mẹ Maria”. (Thánh Vianney).
9. “Khi chê con, là người ta nói sự thật. Chứ khi khen con, tức họ nói quá sự thật và gián tiếp họ nhạo con đấy.” (Thánh Vianney).
10. “Kiêu ngạo là bà hoàng sinh ra nhiều tật xấu”. (Thánh Tôma).
11. “Khiêm nhường là cán cân, ta càng hạ mình bao nhiêu là đức độ càng cao lên ở phía kia bấy nhiêu”. (Thánh Vianney).
12. “Người chê ta là bạn ta, kẻ khen ta là kẻ thù của ta”. (Thánh Vianney).
13. “Nếu ta biết rõ chính mình như Chúa biết ta, chắc ta chết mất vì quá ghê tởm mình”. (Thánh Vianney).
14. “Khi còn là cha sở nghèo, tôi đã sống hạnh phúc hơn lúc làm giáo chủ thành Venise.” (ĐGH Piô X). Ai ham làm lớn trong đạo như ngoài đời hãy suy gẫm câu đó.
15. “Một cân hòa bình quý hơn một tấn chiến thắng”. (Bellarmin).
16. “Tấm lòng trống rỗng và nhiều tự ái, sẽ không lợi cho ai, ngay cả con người của họ”. (Thánh Phanxicô Salêsiô).
17. “Con ơi, hãy lãnh đạo cách dịu dàng, thiên hạ sẽ vừa quý vừa yêu con”. (x. Hc 6,5).
18. “Con ơi, đừng tâm sự với bất cứ hạng người nào, e họ sẽ là người bạn giả, sẵn sàng miệt thị con”. (Hc 10,2).
19. “Khi trẻ không gieo, về già có gì để gặt”. (Hc 25,3).

20. Chúa cho bạn quyền năng vô biên để thay đổi cuộc sống theo chiều hướng tích cực. Đó là một hồng ân lớn lao.

Kim Hà

BÀI 18: CHỮ "ĐỪNG" GÓI TRỌN KIẾP SỐNG!

Đừng tưởng cứ núi là cao... Cứ sông là chảy, cứ ao là tù

Đừng tưởng cứ dưới là ngu... Cứ trên là sáng cứ tu là hiền

Đừng tưởng cứ đẹp là tiên... Cứ nhiều là được cứ tiền là xong

Đừng tưởng không nói là câm... Không nghe là điếc không trông là mù

Đừng tưởng cứ trọc là sư... Cứ vâng là chịu cứ ừ là ngoan

Đừng tưởng có cửa đã sang... Cứ chân là bước cứ tay là sờ

Đừng tưởng cứ đợi là chờ... Cứ âm là nhạc cứ thơ là vần

Đừng tưởng cứ mới là tân... Cứ hứa là chắc cứ ân là tình

Đừng tưởng cứ thấp là khinh... Cứ chùa là tĩnh cứ đình là to

Đừng tưởng cứ quyết mà nên... Cứ mạnh là thắng cứ mềm là thua

Đừng tưởng cứ lớn là khôn... Cứ bé là dại, cứ hôn... là chồng

Đừng tưởng giàu hết cô đơn... Cao sang hết ốm, tham gian hết nghèo

Đừng tưởng cứ gió là mưa... Bao nhiêu khô khát trong trưa nắng hè

Đừng tưởng cứ hạ là ve... Sân trường vắng quá ai khe khẽ buồn

Đừng tưởng thu lá sẽ tuôn... Bao nhiêu khao khát con đường tình yêu

Đừng tưởng cứ thích là yêu... Nhiều khi nhằm tưởng bao điều chẳng hay

Đừng tưởng đời mãi êm đềm... Nhiều khi dậy sóng, khó kềm bản thân

Đừng tưởng cười nói ân cần... Nhiều khi hiểm độc, dần người tan xương

Đừng tưởng trong lười có đường... Nói lời ngon ngọt mười phương chết người

Đừng tưởng cứ chọc là cười... Nhiều khi nói móc biết cười làm sao

Đừng tưởng khó nhọc gian lao... Vượt qua thử thách tự hào lắm thay

Đừng tưởng cứ giỏi là hay... Nhiều khi thất bại đắng cay muôn phần

Đừng tưởng nắng gió êm đềm... Là đời tươi sáng hóa ra đường cùng

Đừng tưởng cứ tiến là lên... Cứ lui là xuống, cứ yên là nằm

Đừng tưởng cứ khóc là sầu... Nhiều khi nhỏ lệ mà vui trong lòng

Đừng tưởng cứ nghèo là hèn... Cứ sang là trọng, cứ tiền là xong

Đời người lúc thịnh, lúc suy... Lúc khỏe, lúc yếu, lúc đi, lúc dừng

Bên nhau chua ngọt đã từng... Gừng cay, muối mặn, xin đừng quên nhau

Ở đời nhân nghĩa làm đầu... Thủy chung sau trước, tình sâu, nghĩa bền.

St.

BÀI 19: LỜI HAY Ý ĐẸP, CHỮ TÂM BẰNG BA CHỮ TÀI

1. Đừng trách người khác làm bạn thất vọng mà hãy tự trách mình là đã đòi hỏi quá nhiều nơi người khác.
2. Có ba trạng thái sống khác nhau. Khi còn trẻ thì người ta có nhiều thì giờ và năng lực nhưng lại không có tiền. Khi lớn lên và đi làm thì người ta có tiền nhưng không có thì giờ. Khi về hưu thì người ta có tiền và có thì giờ nhưng lại không còn năng lực.
3. Chúng ta hãy tận hưởng cuộc sống với những gì mình có ngay lúc này vì ta sẽ không thể có tất cả mọi sự trong một lúc.
4. Quá khứ là giấy viết, hiện tại là báo chí, tương lai là câu hỏi. Hãy đọc và viết cẩn thận. Nếu không thì cuộc sống chỉ là một cuộn giấy vệ sinh.
5. Đừng bao giờ để mất niềm hy vọng vì bạn không biết những gì mà ngày mai sẽ đem đến cho bạn.
6. Chẳng thà ta đi cô đơn một mình trên đường vắng còn hơn là ở trong một đám đông đi sai lạc đường.

7. Có những người chỉ mới 18 tuổi nhưng đã tâm trạng ủ dột của người già nhưng cũng có những người ở lứa tuổi 90 mà có trái tim của người trẻ. Già hay trẻ là do tâm tư và quan niệm sống của từng người.

8. Hãy yêu mến Chúa như yêu một anh hùng cứu nạn vì Ngài cứu độ. Đừng yêu mến Chúa như yêu ông già Noel vì ông già Noel chỉ cho bạn quà mà thôi.

9. Ta cảm thấy mình đau khổ và là nạn nhân của mọi sự vì ta quên không nhìn thấy những ơn lành mà Chúa ban cho ta mỗi ngày. Bởi vậy nên tinh thần chúng ta bị đầu độc thay vì được nuôi dưỡng.

10. Nếu tôi chọn suy nghĩ hạnh phúc, tâm trạng của tôi sẽ hạnh phúc sảng vui. Nếu tôi chọn suy nghĩ tiêu cực, tâm trạng của tôi sẽ trở nên tồi tệ. Suy nghĩ của tôi tạo ra tâm trạng.

11. Càng mất nhiều thời gian chờ đợi một điều gì đó bạn càng hiểu rõ giá trị của nó khi nhận được. Bởi vì bất cứ thứ gì có giá trị, chắc chắn phải chờ đợi.

12. Giết nhau chẳng cái Lưu Cầu
Giết nhau bằng cái ưu sầu độc chưa? (Cung Oán Ngâm Khúc)

13. Hãy tự trách mình thì bạn sẽ có bài học. Nếu trách người khác thì bạn không học được gì cả.

14. Internet giúp mở mang tâm trí con người nhưng cũng làm cho người ta xa nhau.

15. "Bắt phong trần phải phong trần,
Cho thanh cao mới được phần thanh cao." (Nguyễn Du)

16. Có tài mà cậy chi tài,
Chữ tài liền với chữ tai một vần? (Nguyễn Du)

17. Thiện căn kia bởi lòng ta
Chữ Tâm kia mới bằng ba chữ Tài.(Nguyễn Du)

18. Nhờ thấy đúng mà vượt thoát buồn vui, sống tự tại, an nhiên. Như xuân đến chúng ta vui, xuân đi chúng ta vẫn cứ vui như thường. Người biết tùy duyên đã thấy mùa xuân ấm áp và tươi mới trong lạnh lẽo và héo úa của mùa đông. Chính ngay trong thời khắc hiện tại mà ta vẫn cảm nhận được tiếng thời gian theo bốn mùa gõ nhịp. Vậy thì mùa nào cũng đẹp, thời nào cũng vui, lúc nào cũng an nhiên, giải thoát. (Hoa Sen)

19. Cùng trông lại mà cùng chẳng thấy,
Thấy xanh xanh những mấy ngàn dâu.
Ngàn dâu xanh ngắt một màu,
Lòng chàng ý thiếp ai sầu hơn ai? (Chinh Phụ Ngâm)

20. Khi chúng ta làm những việc thiện lành như bố thí tiền bạc, tài sản, chia sẻ những ưu tư, những khổ đau của người khác là chúng ta đang tu phúc.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 20: ĐỐI XỬ TỬ TẾ VỚI MỌI NGƯỜI

1. Một hành động tử tế và trắc ẩn thường đem lại nhiều phần thưởng.
2. Một trái tim tử tế là nguồn mạch của sự hài lòng, làm cho mọi sự tươi mát và vui tươi.
3. Lòng tử tế là yêu người hơn là họ xứng đáng được yêu.
4. Một đóm lửa tử tế bắt đầu cho một đám lửa tình yêu.

5. Một lời nói tử tế ít khi vô ích, trong khi những lời nói bình thường dễ rơi rớt như những hạt ngọc trai rớt ra từ chuỗi bị đứt.
6. Hãy luôn tử tế với mọi người trên đường bước lên vì bạn sẽ gặp những người ấy trên bước đường đi xuống.
7. Hoa cho hương thơm thì lời nói cho sự tử tế.
8. Hãy dịu dàng với tất cả mọi người và cứng rắn đối với chính mình. (St. Teresa of Avila)
9. Hãy đối xử tốt, tử tế, nhân đạo, từ tâm, yêu thương những người đồng loại, an ủi những người chịu cảnh đau thương, tha thứ cho những ai làm điều sai trái.
10. Hãy tử tế đối với những người không biết sống tử tế vì họ là những người cần điều này nhất.
11. Hãy đối xử tử tế vì những người mà bạn gặp gỡ đều đang chiến đấu trong một trận chiến khó khăn.
12. Hãy trở nên loại người tốt mà bạn muốn ở chung với họ.
13. Hãy sống thật với răng của bạn thì bạn sẽ không có răng giả.
14. Hãy tử tế với mọi người, sống dịu dàng, tha thứ cho nhau như Chúa đã tha thứ cho bạn.
15. Thương vụ của bạn sẽ tiếp tục khi được mời gọi và thương vụ còn mãi nếu được tri ân.
16. Khi bạn làm một hành động tử tế đơn sơ cho những người khác thì bạn cũng được nâng cao lên.
17. Thực hành một hành động tử tế mà không mong được đáp trả, an toàn trong tư tưởng rằng một ngày nào đó sẽ có người làm điều tốt cho bạn.
18. Hãy luôn tử tế thì bạn sẽ thành tựu nhiều điều. Như mặt trời làm cho tảng nước đá tan ra thì sự tử tế làm tan chảy và bốc hơi những sự hiểu lầm, nghi ngờ và hận thù.
19. Hãy làm những điều tốt lành khi bạn có thể, bằng các phương tiện của bạn, bằng những cách thức của bạn, ở mọi nơi, mọi thời điểm, cho tất cả những ai mà bạn có thể làm, bao lâu mà bạn có thể làm được.
20. Công bằng và dịu dàng thì đi xa hơn.

Kim Hà

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 21: TẬP SỐNG NHÂN ĐỨC

1. Mỉm cười là cách để giải quyết nhiều vấn đề.
2. Im lặng là cách để tránh những rắc rối xảy ra.
3. Nhường nhịn là cách để quan sát đối phương rõ hơn.
4. Khoan dung là cách để bản thân bớt sầu muộn.
5. Thăng thán từ chối là cách để đối đãi với những kẻ có ý định lợi dụng.
6. Bình tĩnh là cách để bản thân quyết định sáng suốt trong mọi tình huống.
7. Nóng giận chỉ làm hỏng việc.
8. Tâm thái của bạn ảnh hưởng lớn đến vận mệnh sau này.
9. Giọng nói càng cao, âm lượng càng lớn, chứng tỏ bạn là kẻ yếu thế.

10. Xúc phạm tổn thương người khác chỉ nói lên một điều: bạn là kẻ không có não.
11. Hành động nói lên tính cách con người bạn, chứ không phải những lời hứa hẹn.
12. Mỗi khuyết điểm của bạn là một cơ hội để Chúa chứng tỏ sức mạnh của Ngài trong cuộc đời bạn.
13. Bạn luôn có thể tặng cho người khác một điều gì đó, ngay cả khi chỉ là sự tử tế.
14. Hãy ban tặng mọi sự và đừng bao giờ bỏ cuộc.
15. Hãy sống một cuộc đời có mục đích và có ý nghĩa! Đó là chìa khoá dẫn đến hạnh phúc thật!
16. Sẽ có thêm người học hỏi từ những lỗi lầm của họ giá như họ không bận rộn từ chối lỗi lầm của họ.
17. “Vàng trắng ai xẻ làm đôi,

Nửa in gói chiếc, nửa soi dặm trường.” (Nguyễn Du)

18. “Kiếp sau xin lại làm người,

Để nghe non nước vọng lời mẹ ru.” (Hồ Dzếnh)

19. Hãy tạ ơn Chúa vì chúng ta còn may mắn hơn rất nhiều người đồng loại. Vì thế chúng ta cần phải cầu nguyện để luôn biết khiêm nhường, biết tri ân Chúa và biết kiên nhẫn.
 20. Chúng ta cần phải tạ ơn Chúa về những điều tốt, những phúc hạnh và may mắn xảy ra trong cuộc sống. Nếu mọi sự xấu xảy ra cho chúng ta thì cũng hãy tạ ơn Chúa vì nhờ vậy mà Chúa tập cho chúng ta tính kiên nhẫn, khiêm nhường. Do đó, Chúa làm cho chúng ta không còn tha thiết với thế giới này mà chỉ trông cậy và mong muốn về quê hương vĩnh cửu của ta trên Thiên Đàng.
- Thiên Chúa có thể để cho chúng ta bị thương tích nhưng ngài luôn luôn để cho sự dữ xảy ra nhẹ gấp 1000 ngàn so với những gì chúng ta xứng đáng bị trừng phạt vì tội lỗi của ta.

Kim Hà sưu tầm, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, Bài 22: Tử Tế Là Điều Quan Trọng Nhất

LDG: Xã hội này rất thiếu lòng tử tế, độ lượng, nhất là tình yêu đối với những thai nhi, trẻ thơ mồ côi, trẻ tàn tật. Họ cần một nụ cười, một lời an ủi, một ánh mắt thiện cảm, một vòng tay êm ái và một tình yêu vô điều kiện của người mẹ. Liệu chúng ta có thể ban cho mọi người nụ cười tươi và lòng tử tế không? (KH)

1. Lòng tử tế thể hiện qua việc giúp đỡ những người thất thế, chùi nước mắt cho những người khác, và giúp đỡ những người vô gia cư có một mái ấm gia đình.
2. Những người đối xử tử tế với bạn thì thường sẵn sàng để làm những việc tử tế khác cho bạn hơn là chịu sự giúp đỡ của bạn.
3. Những người có lòng nhân ái thì thường tỏ ra quảng đại và có lòng tử tế. Họ sẵn sàng cầm một chiếc dù che mưa cho bạn trong cơn mưa.
4. Lòng nhân đạo tử tế của con người không bao giờ yếu đuối. Một quốc gia không cần phải tàn bạo để có thể đứng vững.
5. Tôi chỉ đi qua thế giới này một lần. Những điều tốt mà tôi có thể làm, những hành động tử tế nào tôi có thể làm cho những tạo vật chung quanh tôi thì tôi sẽ làm ngay lập tức. Tôi sẽ không lần lữa hay bỏ qua những hành động tốt lành bởi vì chắc chắn tôi sẽ không đi qua thế giới này lần nữa.
6. Tôi đã tìm được những người tử tế hơn là tôi hằng mong muốn.

7. Tôi đã khóc trong nhiều đêm vì sự thiên cận và độc ác mà người ta đối xử với tôi, nhưng tôi không nuối tiếc là mình đã tử tế với họ.
8. Nếu ai trả cho bạn 10 xu về những lời tốt lành mà bạn nói, và họ sẽ trả cho bạn 5 xu cho những lời vô tình của bạn. Vậy bạn sẽ trở nên giàu có hay nghèo túng?
9. Nếu bạn không thường có niềm vui khi làm một việc tử tế thì bạn đã thiếu nhiều lắm.
10. Nếu bạn bận rộn vì tử tế, trước khi bạn biết điều ấy thì bạn sẽ tìm thấy rằng mình quên hết những gì không tử tế mà người khác đã làm cho bạn.
11. Nếu bạn bận rộn vì vui mừng và vì phải làm cho những người khác vui lòng dù cho trái tim bạn đau nhức nhưng bạn sẽ quên điều đau đớn ấy ngay.
11. Nếu lời nói của bạn dịu dàng và ngọt ngào thì khi bạn nuốt hay ăn những lời ấy thì không gặp khó khăn.
12. Đừng làm những gì cho người khác nếu bạn không muốn người khác làm cho mình.
13. Những lời nói tử tế có giá trị nhiều và trả giá ít.
14. Những lời tử tế có thể ngắn nhưng âm vang của chúng thật vô biên.
15. Những lời tử tế không tốn kém nhưng lại thực hiện được nhiều.
16. Lòng tử tế và chân thật chỉ đến từ những người mạnh mẽ.
17. Lòng tử tế tạo thêm sự tử tế.
18. Lòng tử tế có thể trở thành động lực. Chúng ta được Chúa tạo thành một cách tử tế để trở nên người tử tế.
19. Tử tế là yêu thương người khác hơn là những gì họ xứng đáng.
20. Tử tế đi một đường dài ở khắp mọi nơi và sự tử tế nên bắt đầu từ gia đình.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 23: TỬ TẾ VÀ YÊU NGƯỜI

1. Tử tế làm cho những người tội lỗi được ơn hoán cải hơn là những sự hăng say, thông thái và hiểu biết.
2. Tử tế có quyền năng nhiều hơn là sự hừng khởi.
3. Tử tế trong lời nói làm cho người ta tin tưởng. Tử tế trong lối suy nghĩ tạo cho sự trầm tĩnh. Tử Tế trong cách đối xử tạo nên tình yêu.
4. Tử tế là một mong ước trong nội tâm làm cho chúng ta muốn làm những điều thiện dù biết rằng chúng ta sẽ không được trả công hay hậu tạ.
5. Thật là một niềm vui của cuộc sống khi làm những điều tử tế.
6. Khi chúng ta làm điều thiện từ những ước muốn tốt lành trong nội tâm thì sự tử tế sẽ ở trong khắp mọi sự: từ lối suy nghĩ, những ước muốn, lời nói và hành động.
7. Lòng tử tế còn quan trọng hơn sự khôn ngoan, và khi ai đó ghi nhận được thì đó là sự khởi đầu của khôn ngoan.
8. Tử tế có rộng nghĩa hơn là hành động. Đó là một thái độ, một sự biểu lộ, một cái nhìn, một sự đụng chạm. Tử tế là tất cả những gì làm cho con người được phấn khởi.

9. Tử tế là sự dịu dàng. Tử tế là tình yêu và có lẽ còn lớn lao hơn tình yêu. Tử tế là có thiện chí. Tử tế nói rằng: “Tôi muốn bạn được hạnh phúc.”

10. Tử tế là một sợi dây xích vàng buộc chặt xã hội với nhau.

11. Tử tế làm cho con người cảm thấy vui lòng, dù rằng người khác đối xử tử tế với tôi hay tôi đối xử tử tế với người khác.

12. Tử tế phá tan quyền bính.

13. Hãy để cho mọi người đến với tôi mà ra về cảm thấy vui hơn và hạnh phúc hơn. Tôi cố gắng sống giống như lòng tử tế của Chúa, tử tế trên khuôn mặt, tử tế trong đôi mắt, tử tế trong nụ cười. (Mẹ Teresa)

14. Lòng tử tế làm cho trái tim tôi lớn hơn, rồi từ từ tôi sẽ quen việc giúp đỡ những người khác trong nhiều cách khác nhau.

15. Tình yêu và lòng tử tế không bao giờ uổng phí. Hai đức tính này làm cho mọi sự khác biệt. Những ai nhận lãnh thì được chúc phúc và những ai cho đi cũng được chúc phúc.

16. Lòng tử tế đáng yêu thì cao trọng hơn luật pháp, và đức bác ái trong cuộc sống thì lớn lao hơn tất cả những cuộc lễ hội.

17. Chúng ta sẽ cảm thấy hạnh phúc trong cuộc sống khi chúng ta không làm cho người khác đau lòng và luôn biết an ủi những người buồn khổ.

18. Không có một hành động tử tế nào dù nhỏ nhoi mà bị uổng phí.

19. Không có gì buồn bằng đối xử tử tế để chống lại sự thiếu tình yêu.

20. Ta có thể trả lại món nợ bằng vàng nhưng ta không bao giờ có thể trả nợ được cho những người tử tế đối với ta.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 24: HẠNH PHÚC

1. “Hạnh phúc là biết mình thực sự cần gì và có được cái mình cần. Những cái bạn thực sự cần và bạn đang có thì có thể là những điều rất giản dị xung quanh bạn. Chẳng hạn một sớm mai thức dậy bạn thấy khỏe mạnh, có một bông hoa nở bên cửa sổ để ngắm, được ăn một bữa ăn ngon trong sự thân tình và ấm áp với những người thân, hay khi được uống một tách trà nóng với một người bạn tri kỷ và cùng nhau hàn huyên, tâm sự …..”

2. Điều làm nên hạnh phúc không phải là chúng ta có bao nhiêu, mà là chúng ta vui sống bao nhiêu. (Charles Spurgeon)

3. Hãy sống hạnh phúc chính giây phút hiện tại này. Giây phút này chính là cuộc đời bạn. (Omar Khayam)

4. Hạnh phúc không được tạo sẵn. Hạnh phúc đến từ chính hành động của bạn. (Đức Đạt Lai Lạt Ma)

5. Hãy hạnh phúc với những gì bạn có và bạn đang là, hào phóng với cả hai điều này, thế là bạn không phải săn tìm hạnh phúc. (William E. Gladstone)

6. Hạnh phúc là khi những gì bạn nghĩ, những gì bạn nói, và những gì bạn làm đều phù hợp với nhau. (Mahatma Gandhi)

7. Chỉ có một thứ hạnh phúc trên đời này, đó là yêu thương và được yêu thương. (George Sand)

8. Tôi nhất định vui tươi và hạnh phúc trong mọi hoàn cảnh cuộc đời tôi. Vì tôi biết rằng phần lớn nỗi khổ đau hay bất hạnh của chúng ta không phải do hoàn cảnh mà do tâm tính của chúng ta. (Martha Washington)

9. Hạnh phúc không thể do ai đem tới, do chiếm hữu, do giành được, bị hao mòn hay tiêu dùng mà hết.
10. Hạnh phúc là trải nghiệm tinh thần khi sống từng phút với yêu thương, đức hạnh và lòng tri ơn. (Denis Waitley)
11. Hạnh phúc thường lên vào qua một cánh cửa bạn để mở mà không biết. (John Barrymore)
12. Hãy nhớ rằng những người hạnh phúc nhất không phải là những người lấy được nhiều hơn mà là những người cho đi nhiều hơn. (H. Jackson Brown)
13. Hạnh phúc như một nụ hôn, bạn phải chia sẻ nó mới tận hưởng được nó. (Bernard Melzer)
14. "Hãy cứ cho thêm, hãy còn cho mãi,
Mai ta đi nào kịp vẫy tay chào." (Phạm Nhuận)
15. Hãy làm những điều bình thường bằng lòng đam mê phi thường.
16. Bình an và sống đơn giản là Hạnh Phúc.
17. Sức khỏe là món quà lớn nhất, bằng lòng là tài sản lớn nhất, trung thành là mối liên hệ tốt nhất.
18. "Nếu con khiêm nhường thì không có điều gì có thể đụng chạm con, ngay cả khi có lời khen ngợi hay quở trách, bởi vì con biết con là gì." (If you are humble nothing will touch you, neither praise nor disgrace, because you know what you are.) (Thánh Teresa Calcutta)
19. "Trước khi gieo hạt giống Phúc Âm, hãy siêng năng cầu nguyện để có các cơn mưa rơi xuống trên các cánh đồng." (GM Pierre Maria Lambert de la Motte, Đấng Sáng Lập Dòng MTG (LHC) năm 1670)
20. Tri kỷ là thứ tình cảm vô định hình. Đó là điều mà người ta gọi là ở trên tình bạn nhưng lại thi vị hơn cả một tình yêu!
Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 25: TỬ TẾ VÀ LÒNG TRẮC ẨN

1. "Khiêm nhường là cán cân, ta càng hạ mình bao nhiêu là đức độ càng cao lên ở phía kia bấy nhiêu". (Thánh Vianney).
2. "Người chê ta là bạn ta, kẻ khen ta là kẻ thù của ta". (Thánh Vianney).
3. "Nếu ta biết rõ chính mình như Chúa biết ta, chắc ta chết mất vì quá ghê tởm mình". (Thánh Vianney).
4. "Khi còn là cha sở nghèo, tôi đã sống hạnh phúc hơn lúc làm giáo chủ thành Venice" (ĐGH Piô X). Ai ham làm lớn trong đạo như ngoài đời hãy suy gẫm câu đó.
5. "Một cân hòa bình quý hơn một tấn chiến thắng". (Bellarmin).
6. "Tấm lòng trống rỗng và nhiều tự ái, sẽ không lợi cho ai, ngay cả con người của họ". (Thánh Phanxicô Salêsiô).
7. "Con ơi, hãy lãnh đạo cách dịu dàng, thiên hạ sẽ vừa quý vừa yêu con". (x. Hc 6,5).
8. "Con ơi, đừng tâm sự với bất cứ hạng người nào, e họ sẽ là người bạn giả, sẵn sàng miệt thị con". (Hc 10,2).
9. "Khi trẻ không gieo, về già có gì để gặt". (Hc 25,3).
10. Một hành động tử tế và trắc ẩn thường đem lại nhiều phần thưởng.
11. Một trái tim tử tế là nguồn mạch của sự hài lòng, làm cho mọi sự tươi mát và vui tươi.
12. Một phần của tử tế là yêu người hơn là họ xứng đáng được yêu.

13. Một đóm lửa từ tế bắt đầu cho một đám lửa tình yêu.
14. Một lời nói từ tế ít khi vô ích, trong khi những lời nói bình thường dễ rơi rớt như những hạt ngọc trai rớt ra từ râu chuỗi bị đứt.
15. Hãy luôn từ tế với mọi người trên đường bước lên vì bạn sẽ gặp những người ấy trên bước đường đi xuống.
16. Hoa cho hương thơm thì lời nói cho sự từ tế.
17. Hãy dịu dàng với tất cả mọi người và cứng rắn đối với chính mình. (St. Teresa of Avila)
18. Hãy đối xử tốt, từ tế, nhân đạo, từ tâm, yêu thương những người đồng loại, an ủi những người chịu cảnh đau thương, tha thứ cho những ai làm điều sai trái.
19. Hãy từ tế đối với những người không biết sống từ tế vì họ là những người cần điều này nhất.
20. Hãy đối xử từ tế vì những người mà bạn gặp gỡ đều đang chiến đấu trong một trận chiến khó khăn.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 26: TỪ TẾ VÀ DỊU DÀNG

1. Một lời từ tế có thể làm ấm áp trong 3 tháng mùa đông.
2. Nếu ta biết cách biểu lộ và chấp nhận lòng từ tế thì ta sẽ trở nên một người bạn tốt hơn bất cứ của cải nào.
3. Bị thương tích thì đòi công lý và trả ơn từ tế bằng lòng từ tế.
4. Chúng ta có thể tạo một lối sống mới cho cuộc đời là hãy luôn tỏ ra từ tế hơn một chút.
5. Thế giới này có nhiều thần thánh và tôn giáo, có nhiều con đường ngoằn ngoèo, nhưng chỉ có một nghệ thuật từ tế là điều mà thế giới u buồn này rất cần.
6. Đôi khi bạn cần phải tàn nhẫn để có thể từ tế (Châm ngôn người Anh)
7. Dịu dàng và từ tế không phải là dấu hiệu của sự yếu kém và tuyệt vọng, nhưng đó là sự biểu lộ của sức mạnh và giải pháp tốt.
8. Cuộc đời của một con người tốt lành là hãy nhớ đến những hành động từ tế và tình yêu.
9. Đoá hoa của từ tế sẽ lớn lên và lòng từ tế sẽ lớn mạnh, bởi vì lòng nhân lành mọc lên từ sự từ tế.
10. Những hành động từ tế mà bạn làm hôm nay cho một người anh chị em đói khổ thì sẽ trở lại với bạn trong tương lai vì nhân loại là một vòng tròn những hành động.
11. Từ tế là ánh sáng mặt trời làm cho các đức tính lớn mạnh.
12. Từ tế là sự khôn ngoan.
13. Hãy từ tế với chính mình. Từ tế với những người khác. Thụ hưởng cuộc sống bởi vì bạn chỉ có một đời để sống thôi.
14. Đừng trách người khác làm bạn thất vọng mà hãy tự trách mình là đã đòi hỏi quá nhiều nơi người khác.
15. Ta cảm thấy mình đau khổ và là nạn nhân của mọi sự vì ta quên không nhìn thấy những ơn lành mà Chúa ban cho ta mỗi ngày. Bởi vậy nên tinh thần chúng ta bị đầu độc thay vì được nuôi dưỡng.
16. Chúa cho bạn quyền năng vô biên để thay đổi cuộc sống theo chiều hướng tích cực. Đó là một hồng ân lớn lao.
17. “Nếu muốn kẻ khác chịu đựng mình, con phải biết chịu đựng người khác”. (Gương phúc II, 3,2).

18. Công bằng và dịu dàng thì đi xa hơn.
19. Từ tế đi một đường dài ở khắp mọi nơi và sự từ tế nên bắt đầu từ gia đình.
20. Hãy từ tế với chính mình. Từ tế với những người khác. Thụ hưởng cuộc sống bởi vì bạn chỉ có một đời để sống thôi.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 27: BẤT HIỂU LÀ TỘI LỚN NHẤT

1. Kẻ thù lớn nhất của đời người là chính mình.
2. Ngu dốt lớn nhất của đời người là dối trá.
3. Thất bại lớn nhất của đời người là tự đại.
4. Bị ai lớn nhất của đời người là ghen tị.
5. Sai lầm lớn nhất của đời người là đánh mất mình.
6. Tội lỗi lớn nhất của đời người là bất hiểu.
7. Đáng thương lớn nhất của đời người là tự ti.
8. Đáng khâm phục lớn nhất của đời người là vươn lên sau khi ngã.
9. Phá sản lớn nhất của đời người là tuyệt vọng.
10. Tài sản lớn nhất của đời người là sức khoẻ, trí tuệ.
11. Món nợ lớn nhất của đời người là tình cảm.
12. Lễ vật lớn nhất của đời người là khoan dung.
13. Khiếm khuyết lớn nhất của đời người là kém hiểu biết.
14. An ủi lớn nhất của đời người là bố thí.
15. Những điều giúp chúng ta trưởng thành trong ân sủng là những sự dữ, mất mát xảy ra trong cuộc sống. Chúng ta luôn phải cảm tạ Chúa trong mọi tình huống.
16. Hãy tạ ơn Chúa cách chân thành vì khi chúng ta cầu nguyện thì Chúa Thánh Thần ngự trong linh hồn ta và Ngài dạy ta cách cầu nguyện.
17. Khi chúng ta biết cảm tạ Chúa thì trái tim ta đến gần Chúa hơn và trung thành với Chúa. Nhờ thế, chúng ta không còn chú ý đến chính mình mà biết dành cho Chúa Thánh Thần một chỗ cao trong trong linh hồn ta.
18. Các con thân mến, hãy cầu nguyện và hãy biết rằng không có Chúa thì các con chỉ là bụi đất. (Mẹ Fatima)
19. Hôm nay hãy dành một ít phút ngồi im lặng và hãy cảm tạ Chúa về tất cả những gì mà bạn có.
20. Chúng ta hãy nâng đỡ nhau và an ủi khích lệ nhau. Đừng tỏ ra trội hơn người khác. Bầu trời sẽ đen tối nếu chỉ có một ngôi sao lẻ loi.

Kim Hà, 2019

Bài 28: NGUỒN CẢM HỨNG CHO NGƯỜI KHÁC

1. Nếu bạn không thể là thi sĩ thì hãy là một nguồn thơ hay bài thơ.
2. Đừng bao giờ chịu thỉnh lạng khi bị người ta chế nhạo. Không bao giờ cho phép mình trở thành nạn nhân của những lời nói vô ý thức.
3. Không cho phép ai quyết định cuộc sống mình. Hãy tự quyết định đời mình.
4. Niềm hạnh phúc chân chính là ta chịu chấp nhận số phận mình.
5. Tất cả chúng ta đều mang mặt nạ, khi thời gian đến chúng ta không thể bỏ mặt nạ ra mà không tuột luôn chính da mặt của mình.
6. Bạn phải là người kiểm soát số phận mình. Cây viết mô tả câu chuyện cuộc sống của bạn phải ở trong tay bạn.
7. Khi bạn sinh là một bản viết chính, đừng để khi chết trở nên một bản sao chép.
8. Tại sao bạn phải cố gắng trở nên một người khác mà không phải là con người thật của mình?
9. Cuộc sống thường nhật luôn vất vả nên không cần phải cộng thêm điều gì khác nữa.
10. Chúa ban cho bạn một khuôn mặt, đừng tạo thêm cho mình một khuôn mặt khác.
11. Tôi thông minh đến nỗi đôi khi tôi không hiểu một chữ gì về đề tài mà tôi nói.
12. Một người bạn chơi với tôi thì nên chấp nhận con người của tôi như thế đó.
13. Tôi không thông minh mà cũng không có tài. Tôi chỉ có óc tò mò.
14. Góc rẽ sâu xa nhất của sự thất bại trong cuộc sống khi chúng ta nghĩ rằng: “Tôi thật là vô dụng và vô tích sự”. Chúng ta cần luôn tự nhủ một cách tích cực và mạnh mẽ: “Tôi có thể làm được điều này.” Nghĩ xong rồi làm một cách quả quyết chứ không khoe khoang.
15. Lời cảm tạ là một cách suy nghĩ cao cả nhất, và lòng biết ơn là hạnh phúc được nhân đôi.
16. Hãy bắt đầu lời cầu nguyện với lòng hoàn toàn tín thác, rồi chờ đợi, và luôn nhớ kết thúc bằng cảm tạ, ngợi khen và chúc tụng.
17. Lòng biết ơn là một điều quý giá và làm đẹp lòng Chúa nhất. Bất cứ ai dẫu nghèo nhất vẫn có thể dâng lời cảm tạ và tri ân Thiên Chúa.
18. Lòng sùng kính đạt đến mức độ tôn vinh và suy niệm. Từ đó sẽ phát sinh việc thờ phượng nhiệt thành, cảm tạ và ngợi khen.
19. Lòng kiêu căng giết chết lời cảm tạ, nhưng một trái tim khiêm nhường là một thửa đất tốt để phát sinh lòng tri ân và cảm tạ.
20. Lạy Chúa con không bao giờ cảm tạ Chúa khi con gặp những gai góc mà con chỉ biết cảm tạ Chúa khi nhận được hoa hồng.

Con đang đi tìm một thế giới mà con sẽ được đền bù vì vác thánh giá như một vinh quang. Con sẽ được đền bù vì cây thập giá của mình như một vinh quang hiện tại.

Xin Chúa dạy con biết vinh quang của cây thập giá, xin dạy cho con biết giá trị của các gai góc. Xin Chúa chỉ cho con biết rằng con đã leo lên gặp Chúa bằng con đường đau khổ. Xin chỉ cho con biết rằng nước mắt của con làm thành chiếc cầu vòng muôn màu sắc. Amen.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 29: Trái Tim Nhân Ái Và Lòng Từ Tế

1. Có trái tim nhân ái và lòng từ tế là những đức tính giống Chúa nhất.
2. Lòng từ tế và tình yêu của công chúng làm cho tôi có thể đi qua những giai đoạn khó khăn nhất trong cuộc đời tôi và luôn luôn, tình yêu và lòng bác ái của các bạn làm cho cuộc hành trình của tôi dễ dàng hơn. (Công Chúa Diana)
3. Lòng từ tế được hoạch định cho ngày mai mà không tính ngày hôm nay.
4. Những hành động từ tế và tình yêu là những phần đời đẹp đẽ nhất trong cuộc đời một con người.
5. Mục đích của cuộc sống con người là phục vụ và tỏ lòng trắc ẩn và luôn có thiện chí phục vụ những người khác.
6. Có những lúc mà chân lý và từ tế đối nghịch nhau, vậy chúng ta hãy chọn sự từ tế, đặc biệt là ngay cả khi một sự thành thật nhỏ cũng tốt hơn là không có gì.
7. Có ba điều quan trọng trong cuộc sống con người. Thứ nhất là lòng từ tế, thứ hai là lòng từ tế, thứ ba là lòng từ tế.
8. Nếu thực hiện điều thiện tinh tuyền thì rất khó vì bản tính con người là thích sự phù phiếm, thích được chú ý và có thêm những động lực khác nữa.
9. Hãy vun trồng lòng từ tế vì đó là một phần giá trị cho cuộc sống con người.
10. Hãy cố gắng trở nên một loại người mà thiên hạ ao ước được nhìn thấy bạn, và sau khi bạn ra về thì họ phải suy nghĩ miên man để hành động.
11. Chúng ta không thể từ tế với nhau lấy một tiếng đồng hồ. Chúng ta thì thầm, nói cạnh, nói khéo và nói xấu về những người khác.
12. Chúng ta không thể cầm một cây đuốc để soi đường cho những người khác mà lại không soi sáng cho con đường của mình.
13. Chúng ta ghét sự từ tế mà chúng ta hiểu.
14. Khi ta đối xử từ tế với những ai đang đau khổ thì chúng ta hy vọng rằng họ sẽ nhớ và tỏ ra từ tế với những người khác. Và như thế sự từ tế trở nên lan tỏa nhanh chóng như lửa rừng.
15. Khi có một con người thì có cơ hội để tỏ lòng từ tế.
16. Những lời nói khôn ngoan thường được đổ trên những miếng đất tro trụi nhưng một lời nói từ tế không bao giờ bị vứt đi.
17. Bạn có thể thành tựu mọi sự bằng sự từ tế hơn là bằng sự ép buộc.
18. Bạn cần làm một hành vi từ tế càng sớm càng tốt vì bạn không bao giờ biết rằng nếu bạn chậm trễ không làm thì có thể là quá trễ.
19. Một nụ cười nhân ái là ngôn ngữ của lòng từ tế.
20. Để có đôi mắt đẹp, hãy chỉ nhìn những gì tốt đẹp nơi những người khác. Để có đôi môi đẹp thì hãy chỉ nói những lời từ tế và hiền dịu.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 30: HÃY CỨ SỐNG TỪ TẾ

1. Hãy trở nên người tốt và từ tế như người mà bạn muốn ở cùng họ.
2. Hãy sống thật với răng của bạn thì bạn sẽ không có răng giả.

3. Hãy từ tế với mọi người, sống dịu dàng, tha thứ cho nhau như Chúa đã tha thứ cho bạn.
4. Thương vụ của bạn sẽ tiếp tục khi được mời gọi và thương vụ còn mãi nếu được tri ân.
5. Khi bạn làm một hành động tử tế đơn sơ cho những người khác thì bạn cũng được nâng cao lên.
6. Thực hành một hành động tử tế mà không mong được đáp trả.
7. An toàn trong tư tưởng rằng một ngày nào đó sẽ có người làm điều tốt cho bạn.
8. Hãy luôn từ tế thì bạn sẽ thành tựu nhiều điều. Mặt trời làm cho tảng nước đá tan ra thì sự tử tế làm tan chảy và bốc hơi đi những sự hiểu lầm, nghi ngờ và hận thù biến đi.
9. Hãy làm những điều tốt lành khi bạn có thể, bằng các phương tiện của bạn, bằng những cách thức của bạn, ở mọi nơi, mọi thời điểm, cho tất cả những ai mà bạn có thể làm, bao lâu mà bạn có thể làm được.
10. Quá khứ là lúc bạn đã học được những bài học. Tương lai là lúc bạn áp dụng bài học đó. Vì thế đừng từ bỏ giữa chừng.
11. Cuộc sống không dễ dàng. Nó luôn luôn biến động. Đôi lúc hạnh phúc, có lúc lại khổ đau. Trong cuộc sống, bạn học được những bài học làm cho bạn trưởng thành.
13. Rất nhiều người sợ nói ra những gì họ muốn, đó là lý do tại sao họ không có được những gì mình muốn.
14. Mẹ luôn ở bên cạnh con. Mẹ là tiếng thầm thì của tiếng lá rơi khi con đi dạo trên đường.
15. Lời Tiên Tri của Thánh Đa Minh: "Có một ngày, qua chuỗi kinh Mân Côi và Áo Đức Bà, Mẹ Maria sẽ cứu thế giới."
16. Để có sự tự tin thì hãy bước đi với sự hiểu biết rằng bạn không bao giờ cô đơn.
17. Tử tế làm cho những người tội lỗi được ơn hoán cải hơn là những sự hăng say, thông thái và hiểu biết.
18. Tử tế có quyền năng nhiều hơn là sự hứng khởi.
19. Sự tử tế trong lời nói làm cho người ta tin tưởng. Tử tế trong lối suy nghĩ tạo cho sự trầm tĩnh. Tử Tế trong cách đối xử tạo nên tình yêu.
20. Tử tế là một mong ước trong nội tâm làm cho chúng ta muốn làm những điều thiện dù biết rằng chúng ta sẽ không được trả công hay hậu tạ.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 31: TỬ TẾ LÀ ÁNH SÁNG

LDG: Sở dĩ tôi chú trọng đến từ ngữ Tử Tế vì khi còn thơ bé, tôi đã bị bắt nạt và bị khinh khi chỉ vì gia đình ly tán. Vì thế tôi rất biết ơn những ai tử tế với mình. (KH)

1. Tử tế có rộng nghĩa hơn là hành động. Đó là một thái độ, một sự biểu lộ, một cái nhìn, một sự đụng chạm. Tử tế là tất cả những gì làm cho con người được phấn khởi.
2. Tử tế là sự dịu dàng. Tử tế là tình yêu và có lẽ còn lớn lao hơn tình yêu. Tử tế là có thiện chí. Tử tế nói rằng: "Tôi muốn bạn được hạnh phúc."
3. Tử tế là một sợi dây xích vàng buộc chặt xã hội với nhau.
4. Tử tế là ánh sáng mặt trời làm cho các đức tính lớn mạnh.
5. Tử tế là sự khôn ngoan.

6. Tử tế làm cho con người cảm thấy vui lòng, dù rằng người khác đối xử tử tế với tôi hay tôi đối xử tử tế với người khác.
7. Tử tế phá tan mọi xiềng xích và gông cùm của hận thù, chia rẽ.
8. Hãy để cho mọi người đến với tôi mà ra về cảm thấy vui hơn và hạnh phúc hơn. Tôi cố gắng sống giống như lòng tử tế của Chúa, tử tế trên khuôn mặt, tử tế trong đôi mắt, tử tế trong nụ cười. (Thánh Teresa Calcutta)
9. Lòng tử tế làm cho trái tim tôi lớn hơn, rồi từ từ tôi sẽ quen việc giúp đỡ những người khác trong nhiều cách khác nhau.
10. Tình yêu và lòng tử tế không bao giờ uổng phí. Hai đức tính này làm cho mọi sự khác biệt. Những ai nhận lãnh thì được chúc phúc và những ai cho đi cũng được chúc phúc.
11. Lòng tử tế đáng yêu thì cao trọng hơn luật pháp, và đức bác ái trong cuộc sống thì lớn lao hơn tất cả những cuộc lễ hội.
12. Chúng ta sẽ cảm thấy hạnh phúc trong cuộc sống khi chúng ta không làm cho người khác đau lòng và luôn biết an ủi những người buồn khổ.
13. Không có một hành động tử tế nào dù nhỏ nhoi mà bị uổng phí.
14. Hãy đối xử tử tế với mọi người để chống lại sự thiếu tình yêu.
15. Ta có thể trả lại món nợ bằng vàng nhưng ta không bao giờ có thể trả nợ được cho những người tử tế đối với ta.
16. Nếu ta biết cách biểu lộ và chấp nhận lòng tử tế thì ta sẽ trở nên một người bạn tốt hơn bất cứ của cải nào.
17. Bị thương tích thì đòi công lý và trả ơn tử tế bằng lòng tử tế.
18. Chúng ta có thể tạo một lối sống mới cho cuộc đời là hãy luôn tỏ ra tử tế hơn một chút.
19. Thật là một niềm vui của cuộc sống khi làm điều tử tế.
20. Thế giới này có nhiều thần thánh và tôn giáo, có nhiều con đường ngoằn ngoèo, nhưng chỉ có một nghệ thuật tử tế là điều mà thế giới u buồn này rất cần.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 32: Nhân Ái

1. Có trái tim nhân ái và lòng tử tế là những đức tính giống Chúa nhất.
2. Lòng tử tế và tình yêu của công chúng làm cho tôi có thể vượt qua những giai đoạn khó khăn nhất trong cuộc đời tôi. Luôn luôn, tình yêu và lòng bác ái của các bạn làm cho cuộc hành trình của tôi dễ dàng hơn. (Công Chúa Diana)
3. Lòng tử tế được hoạch định cho ngày mai mà không tính ngày hôm nay.
4. Những hành động tử tế và tình yêu là những phần đời đẹp đẽ nhất trong cuộc đời một con người.
5. Mục đích của cuộc sống con người là phục vụ và tỏ lòng trắc ẩn và luôn có thiện chí phục vụ những người khác.
6. Có những lúc mà chân lý và tử tế đối nghịch nhau, vậy chúng ta hãy chọn sự tử tế, đặc biệt là ngay cả khi một sự thành thật nhỏ cũng tốt hơn là không có gì.

7. Có ba điều quan trọng trong cuộc sống con người: Thứ nhất là lòng tử tế, thứ hai là lòng tử tế, thứ ba cũng là lòng tử tế.
8. Nếu thực hiện điều thiện tinh tuyền thì rất khó vì bản tính con người là thích sự phù phiếm, thích được chú ý và có thêm những động lực khác nữa.
9. Hãy vun trồng lòng tử tế vì đó là một phần giá trị cho cuộc sống con người.
10. Hãy cố gắng trở nên một loại người tốt nên thiên hạ ao ước được nhìn thấy bạn, và sau khi bạn ra về thì họ phải suy nghĩ miên man để hành động.
11. Ta không thể tử tế với nhau được một tiếng đồng hồ được sao? Lúc nào ta cũng thì thầm, nói cạnh, nói khoe và nói xấu về những người khác.
12. Chúng ta không thể cầm một cây đuốc để soi đường cho những người khác mà lại không soi sáng cho con đường của mình.
13. Ta ghét sự tử tế theo kiểu xã giao ngoài mặt.
14. Khi ta đối xử tử tế với những ai đang đau khổ thì ta hy vọng rằng họ sẽ nhớ và tỏ ra tử tế với những người khác. Và như thế sự tử tế lan tỏa nhanh chóng như lửa rừng.
15. Khi có một con người thì có cơ hội để tỏ lòng tử tế.
16. Những lời nói khôn ngoan thường được đổ trên những miếng đất tro trụi nhưng một lời nói tử tế không bao giờ bị vứt đi.
17. Bạn có thể thành tựu mọi sự bằng sự tử tế hơn là bằng sự ép buộc.
18. Bạn cần làm một hành vi tử tế càng sớm càng tốt vì bạn không bao giờ biết rằng: Nếu bạn chậm trễ không làm điều tốt thì có thể là quá trễ.
19. Một nụ cười nhân ái là ngôn ngữ của lòng tử tế.
20. Để có đôi mắt đẹp, hãy chỉ nhìn những gì tốt đẹp nơi những người khác. Để có đôi môi đẹp thì hãy chỉ nói những lời tử tế và hiền dịu.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 33: LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 29: Lời Khôn Ngoan

1. Khi chúng ta làm điều thiện từ những ước muốn tốt lành trong nội tâm thì sự tử tế sẽ ở trong khắp mọi sự: từ lối suy nghĩ, những ước muốn, lời nói và hành động.
2. Lòng tử tế còn quan trọng hơn sự khôn ngoan, và khi ai đó ghi nhận được thì đó là sự khởi đầu của khôn ngoan.
3. Đôi khi bạn cần phải tàn nhẫn để có thể tử tế. (Châm ngôn người Anh)
4. Dịu dàng và tử tế không phải là dấu hiệu của sự yếu kém và tuyệt vọng, nhưng đó là sự biểu lộ của sức mạnh và giải pháp tốt.
5. Cuộc đời của một con người tốt lành là hãy nhớ đến những hành động tử tế và tình yêu.
6. Đoá hoa của tử tế sẽ lớn lên và lòng tử tế sẽ lớn mạnh, bởi vì lòng nhân lành mọc lên từ sự tử tế.
7. Những hành động tử tế mà bạn làm hôm nay cho một người anh chị em đói khổ thì sẽ trở lại với bạn trong tương lai vì nhân loại là một vòng tròn những hành động.

8. Kẻ thù lớn nhất của đời người là chính là cái Tôi của mình.
9. Ngu dốt lớn nhất của đời người là dối trá.
10. Thất bại lớn nhất của đời người là tự đại.
11. Bi ai lớn nhất của đời người là ghen tị.
12. Sai lầm lớn nhất của đời người là đánh mất mình.
13. Tội lỗi lớn nhất của đời người là bất hiếu.
14. Đáng thương lớn nhất của đời người là tự ti.
15. Đáng khâm phục lớn nhất của đời người là vươn lên sau khi ngã.
16. Phá sản lớn nhất của đời người là tuyệt vọng.
17. Tài sản lớn nhất của đời người là sức khỏe, trí tuệ.
18. Món nợ lớn nhất của đời người là tình cảm.
19. Lễ vật lớn nhất của đời người là khoan dung.
20. Khiếm khuyết lớn nhất của đời người là kém hiểu biết.

Suu tâm

Bài 34: LÒNG TRI ÂN

1. Những lời cảm tạ của bạn phải xuất phát chân thành từ đáy tim của bạn. Cách diễn tả bằng cử chỉ cũng phải nói lên tâm tình cảm ơn sâu xa. Một nụ cười, một cái gật đầu, một cử chỉ chấp hai tay cúi đầu cũng diễn tả được lòng biết ơn.
2. Nói bằng lời là cách diễn đạt hay nhất. Nói với lòng khiêm nhường và tình yêu thì bạn sẽ đắc nhân tâm. Hãy nhắc nhở và dạy dỗ con cái hay học trò về tầm quan trọng của việc diễn tả lòng tri ân.
3. Một lời cảm ơn có ảnh hưởng sâu rộng. Khi ta tỏ lòng biết ơn thì người ân nhân cũng cảm thấy họ được chúc phúc.
4. Cuộc sống cần những người tử tế và những người biết ơn. Nếu thế giới thiếu hai loại người này thì cuộc sống không thể tươi đẹp được.
5. Hãy tập cho mọi người biết nói lời cảm ơn. Hãy tỏ lộ sự biết ơn một cách chân thành mà không kỳ vọng người ta đền ơn mình.
6. Hãy chân thành cảm ơn những người chung quanh và bạn sẽ có thêm nhiều bạn bè chân thật.
7. Lạy Chúa, con xin cảm tạ Chúa về cuộc sống và những gì ở trong cuộc sống của con. Con cảm tạ Chúa ban cho con những tháng ngày dài, những giờ phút và giây phút ngắn ngủi, những khoảnh khắc hạnh phúc và đau khổ.
8. Nói lời cảm ơn là nhận thức về cuộc sống của nhân loại.
9. Tri ân là một thái độ tuyệt vời. Ai cũng thích những kẻ biết cảm ơn. Nó làm cho người cho được sáng khoái và người nhận được vui mừng.
10. Kẻ nghèo nhất là kẻ không bao giờ biết tri ân. Lòng biết ơn là những đồng tiền thiêng liêng mà chúng ta có thể để dành cho bản thân và tiêu xài quảng đại mà không sợ bị phá sản.

11. Có hai loại biết ơn: Một loại bỗng dưng chúng ta cảm thấy được nhận lãnh, và một loại khi chúng ta cảm thấy được cho đi.
12. Lòng biết ơn là ký ức được dấu kín trong trái tim chứ không phải trong đầu óc.
13. Một hành động tử tế dù nhỏ nhất vẫn có giá trị hơn những ý nghĩ vĩ đại.
14. Những ai đem ánh nắng mặt trời cho cuộc sống những kẻ khác thì vẫn nhận được những ánh nắng cho riêng họ.
15. Chiều sâu của ý muốn thể hiện khi chúng ta phục vụ người khác và khi chúng ta tỏ lòng biết ơn người khác.
16. Những điều trở nên tốt nhất cho con người là khi người ấy cố gắng làm mọi sự tốt đẹp nhất cho những người khác.
17. Khi chúng ta tỏ lòng biết ơn thì không nên quên rằng lòng biết ơn sâu xa nhất không phải là lời nói mà là cách sống với lòng biết ơn.
18. “Cảm ơn.” Đó là lời cầu nguyện tốt đẹp nhất mà ai cũng có thể nói được. Cảm ơn diễn tả lòng tri ân, khiêm nhường và hiểu biết.
19. Không có sự buôn bán nào có thể sánh bằng cảm tưởng biết ơn khi có gia đình và bạn hữu.
20. Đối với những người quảng đại thì món nợ ân tình làm cho họ biết ơn và phải tìm cách trả ơn.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 35: NỤ CƯỜI

1. Đừng bao giờ coi thường quyền năng của sự ôm hôn, một cái vỗ vai, một cái bắt tay, một nụ cười, một lời nói tử tế, thái độ lắng nghe, lời khen chân thật, cử chỉ săn sóc nhỏ nhoi nhất vì tất cả đều có khả năng chữa lành và làm biến đổi cuộc sống của những người mà bạn tiếp xúc.
2. Học hiểu trước và được hiểu sau.
3. Nếu thấy ai không có nụ cười thì hãy ban cho họ một nụ cười tươi vui.
4. Hãy âu yếm gọi tên của những ai bạn gặp vì tên của họ là một âm thanh ngọt ngào và êm dịu nhất.
5. Trong mỗi giây phút, tình huống, hoàn cảnh đều có những điều tích cực nằm trong đó. Hãy cố gắng tìm và đem nó ra cuộc sống.
6. Cuộc sống chầm dứt khi ta ngừng mơ. Hy vọng chầm dứt khi ta không tin. Tình yêu chầm dứt khi ta không chăm sóc, và tình bạn chầm dứt khi ta không chia sẻ.
7. Có thể cuộc sống muốn ta chọn làm người trước khi gặp được đúng người để rồi ta biết cảm ơn món quà của cuộc sống.
8. Khi cánh cửa hạnh phúc đóng lại thì một cánh cửa khác mở ra nhưng thường thì người ta chỉ tập trung vào cánh cửa đã đóng mà không để ý đến cánh cửa kia đã mở ra rồi.
9. Đôi khi hạnh phúc vượt khỏi tầm tay rồi thì ta mới biết rằng mình đã từng có nó và mới cảm nhận được rằng điều đó quan trọng và có ý nghĩa biết bao đối với mình.
10. Hãy yêu bằng trọn trái tim mình mà không cần sự đáp trả.

11. Đừng vội mong ước tình yêu đến mau chóng mà hãy kiên trì chờ đợi cho đến khi tình yêu đến trong trái tim người ấy. Nếu không thì bạn hãy an lòng vì trong trái tim bạn đã có tình yêu rồi.
12. Có thể bạn chỉ mất một phút để say mê một người, một giờ để thích một người và một ngày để yêu thương một người nhưng phải mất cả một đời để có thể quên được một người.
13. Đừng quá lưu tâm về dáng vẻ bề ngoài vì đó là sự lừa dối. Đừng lệ thuộc của cái vật chất vì nó có thể mất đi, hãy tìm một người nào đó có thể làm cho bạn mỉm cười vì nụ cười mới có thể làm cho một ngày âm u trở nên tươi sáng.
14. Hãy đi đến nơi nào bạn muốn, làm những gì bạn khát khao, trở nên con người mà bạn mong muốn bởi vì bạn chỉ có một cuộc đời và một cơ hội để làm tất cả những gì bạn mơ ước.
15. Hãy đặt mình trong vai trò của người khác. Nếu bạn cảm thấy bị tổn thương thì người khác cũng sẽ cảm nhận như vậy.
16. Người hạnh phúc nhất không nhất thiết phải là người có mọi sự tốt nhất nhưng là người ấy biết tận hưởng và chuyển biến những gì xảy ra với mình trong cuộc sống một cách tốt nhất.
17. Hạnh phúc chỉ đến với ai biết rơi lệ khi bị tổn thương, biết đau đớn khi mất mát, biết khát khao và nuôi dưỡng những giấc mơ, biết cố gắng làm lại cuộc đời khi thất bại. Bởi vì chỉ có như vậy thì con người mới biết trân trọng những gì đã và đang đến trong cuộc đời mình.
18. Tình yêu bắt đầu bằng một nụ cười, đơm hoa kết trái bằng những nụ hôn, và kết thúc bằng những giọt nước mắt. Dù đó là những giọt lệ buồn hay vui thì tình yêu ấy đã cho bạn những kỷ niệm đầy ấn tượng và sâu sắc, đó cũng là dấu ấn của tâm hồn và đánh dấu bước trưởng thành của bạn.
19. Một tương lai tươi sáng luôn đứng lên trên một quá khứ dễ lãng quên.
20. Bạn không thể thắng tiến trên đường đời cho đến khi biết học hỏi những gì thất bại, sai lầm và biết quên đi những đau buồn trong quá khứ.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 31: TẠ ƠN CHÚA TRONG MỌI SỰ

1. Tạ ơn Chúa về những điều tốt, những phúc hạnh và may mắn xảy ra trong cuộc sống.
2. Nếu mọi sự xấu xảy ra cho chúng ta thì cũng hãy tạ ơn Chúa vì nhờ vậy mà Chúa tập cho chúng ta tính kiên nhẫn, khiêm nhường.
3. Chúa khiến cho chúng ta không còn tha thiết với thế giới này mà chỉ trông cậy và mong muốn về quê hương vĩnh cửu trên Thiên Đàng.
4. Tạ ơn Chúa vì chúng ta còn may mắn hơn rất nhiều người đồng loại.
5. Cần phải cầu nguyện để luôn biết khiêm nhường, biết tri ân Chúa và biết kiên nhẫn.
6. Những điều giúp chúng ta trưởng thành trong ân sủng là những sự dữ, mất mát xảy ra trong cuộc sống.
7. Cảm tạ Chúa trong mọi tình huống tốt xấu.
8. Hãy tạ ơn Chúa cách chân thành vì khi chúng ta cầu nguyện thì Chúa Thánh Thần ngự trong linh hồn ta và Ngài dạy ta cách cầu nguyện.
9. Khi chúng ta biết cảm tạ Chúa thì trái tim ta đến gần Chúa hơn và trung thành với Chúa hơn.
10. Nhờ thế, chúng ta không còn chú ý đến chính mình mà biết dành cho Chúa Thánh Thần một chỗ cao trong linh hồn ta.

11. Cầu nguyện không phải là “bánh xe dự phòng” để lấy ra khi gặp khó khăn, nhưng là “tay lái” để lái đi đúng đường suốt cuộc hành trình nơi trần gian này.

12. Tại sao xe hơi có kiếng trước lớn hơn nhiều so với kiếng chiếu hậu? Vì quá khứ của chúng ta không quan trọng so với tương lai. Vậy, hãy nhìn thẳng phía trước và đi tới.

13. Tình bạn như một quyển sách. Chỉ cần vài phút để đọc đi, nhưng cần vài năm để viết.

14. Tất cả những điều mình có trong đời sống này đều tạm bợ. Nếu được hạnh phúc, hãy vui hưởng vì nó sẽ chóng qua. Nếu không thuận lợi, cũng đừng lo lắng, vì nó cũng sẽ không kéo dài.

15. Bạn cũ là vàng! Bạn mới là kim cương! Nếu ta có kim cương, đừng quên vàng! Vì muốn giữ được kim cương, ta luôn cần vàng để bọc kim cương!

16. Thường khi ta mất hy vọng và nghĩ đây là đoạn cuối đường, Thiên Chúa ở trên cao cười và nói: “Hãy thư giãn, con yêu của Ta. Đó chỉ là khúc quanh, chứ không phải là đường cùng”.

17. Khi Thiên Chúa giải quyết những vấn đề của ta, ta đặt niềm tin nơi Ngài. Khi Thiên Chúa không giải quyết những vấn đề của ta, Ngài đặt niềm tin vào khả năng của ta.

18. Một người mù hỏi thánh Anthony: “Có thể còn điều nào khổ hơn là bị mù không?” Vị thánh trả lời: “Có, lúc người ta mất định hướng!”

19. Khi chúng ta cầu nguyện cho người khác, Thiên Chúa lắng nghe và ban phước cho người đó. Vậy khi chúng ta được bình an và hạnh phúc thì hãy nhớ rằng có ai đó đã cầu nguyện cho ta. Xin hãy cầu nguyện cho họ.

20. Sự lo lắng không đẹp bỏ được sự khó khăn ngày mai, nhưng nó lấy đi sự bình an hiện tại.

Suru Tâm

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 32: TẠ ƠN VÀ NGỢI KHEN CHÚA

1. Hãy bắt đầu lời cầu nguyện với lòng hoàn toàn tín thác, rồi chờ đợi, và luôn nhớ kết thúc bằng cảm tạ, ngợi khen và chúc tụng.

2. Lòng biết ơn là một điều quý giá và làm đẹp lòng Chúa nhất. Bất cứ ai dẫu nghèo nhất vẫn có thể dâng lời cảm tạ và tri ân Thiên Chúa.

3. Lòng sùng kính Chúa đạt đến mức độ tôn vinh và suy niệm. Từ đó sẽ phát sinh việc thờ phượng nhiệt thành, cảm tạ và ngợi khen.

4. Lòng kiêu căng giết chết lời cảm tạ, nhưng một trái tim khiêm nhường là một thửa đất tốt để phát sinh lòng tri ân và cảm tạ.

5. Lời cảm tạ là một cách suy nghĩ cao cả nhất, và lòng biết ơn là hạnh phúc được nhân đôi.

6. Một người ngoan đạo nhìn thấy và cảm tạ Chúa không ngừng trong mọi sự, và đó là chứng cứ hiển nhiên của một tâm hồn trưởng thành trong ân sủng và hạnh phúc trong tâm hồn.

7. An ủi lớn nhất của đời người là bố thí.

8. Không quan trọng quá khứ bạn khắc nghiệt thế nào, bạn luôn luôn có thể bắt đầu lại.

9. Để có sự tự tin thì hãy bước đi với sự hiểu biết rằng bạn không bao giờ cô đơn.

10. Một người biết ơn thì luôn có sự bình an và niềm vui thảnh lạng.

11. Sông càng sâu càng tĩnh lặng, Lúa càng chín càng cúi đầu.

Người giỏi thật sự luôn khiêm tốn, Kẻ thiếu năng lực thường ba hoa.

12. Hãy cảm tạ Chúa về cuộc sống thì bạn sẽ có một cuộc sống dài lâu và hạnh phúc.

13. Tôi cầu nguyện cho bạn có một trái tim không buồn phiền, một tâm trí không lo âu, một cuộc đời đầy niềm vui, một thể xác không bệnh tật và một ngày tràn đầy Ôn Lành của Thiên Chúa. Amen.

14. Mỗi ngày đến, ta trở nên tươi mát và mới mẻ vì lòng tri ân của ta cũng được canh tân.

15. Mỗi buổi sáng khi mặt trời lên thì trái tim biết ơn của tôi cũng mở ra để đón chào một thể giới đầy ơn phúc của Chúa.

16. Khi cả gia đình và bạn bè tụ họp nhau để cảm tạ Chúa và ăn bữa tiệc Tạ Ôn, hãy nghĩ đến tất cả giây phút tuyệt vời mà chúng ta được sống bên nhau.

17. Hãy đếm những ân sủng khi chúng ta có tình yêu và được sum họp. Hãy cùng nhau chia sẻ những giây phút hạnh phúc, các chương trình vui tươi và những giấc mơ đẹp với gia đình và bạn hữu.

18. Truyền thống bữa tiệc Tạ Ôn dạy cho chúng ta những bài học là hãy cảm tạ những gì Chúa ban cho chúng ta trong cuộc sống.

19. Nếu bạn muốn truyền thống đẹp đẽ này kéo dài thì bạn hãy đầu tư nhiều năng lực tích cực vào những bữa tiệc Tạ Ôn.

20. Hãy làm cho mọi người cảm thấy được yêu thương và quý trọng.

Kim Hà, 2009

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 38: THÁNH GIÁO HOÀNG GIOAN XXIII KHUYÊN

1. Đừng bao giờ giao du với những bạn xấu, hay không được tốt: như hạng ưa nói những câu ẩn ý không trong sạch, những lời thô lỗ, những tiếng châm biếm và kếm thanh nhã: những hạng thích gần người khác giới và hay tán tỉnh; hạng ưa vào hàng quán và không giữ tiết độ, đặc biệt hạng thích rượu; hạng thích gây sự, hiềm thù, công kích; hạng thích đi hay đứng khơi khơi nơi đông người qua lại hoặc trước các hiệu buôn, hạng vào chỗ bài bạc hoặc ưa tổ chức đánh cờ chơi bạc tại nhà. Nói tóm là đừng làm bạn với những người bị xem là vô giáo dục, biếng học và ham chơi.

2. Đối với người khác giới, dù lớn, bé, bà con gần xa hay ở đẳng bậc nào, đừng chuyện trò, đùa hay điếu cợt bất cứ dưới hình thức nào; đừng bao giờ tâm sự với họ, vừa sinh ngờ vực, vừa nguy hiểm.

3. Đừng chơi những trò cấm và cả những trò được phép như chơi cờ, đánh bài nhất là công khai, nơi có nhiều thứ người, cũng không đứng lại mà xem kẻ khác chơi.

4. Đừng vì lý do gì, hay duyên cớ nào mà xưng hô mây tao, đụng chạm, rượt đuổi, xô lấn, vỗ vai, và má... Tất cả những cử chỉ, lời nói và việc làm do sự nhẹ dạ khiến người khác khinh thường ta và có khi nguy hiểm.

5. Tích cực bảo toàn hoa huệ khiết trinh, kiểm soát tình cảm, đặc biệt mắt xem, đừng nhìn thẳng vào mặt người khác giới hay những vật có thể kích thích: không ăn uống quá độ, ăn ngoài giờ ăn, tránh ở không (rảnh rỗi), vì ở không là cội rễ mọi sự dữ.

6. Đặc biệt ăn ở khiêm nhường, đừng quên: xác thịt chóng tàn, tinh thần thì yếu đuối, u mê. Nếu có được chút của, chút tài nào đều là do Chúa ban.

7. Đừng bao giờ tự khen mình hay muốn cho kẻ khác tôn trọng mình hơn hoặc bằng người khác làm chi.

8. Ngoài khiêm nhường và thanh tịnh, ta cần luôn tiến về đức tính làm mẹ các nhân đức đó là đức Ái. Cách luyện đức Ái này là: Sẵn sàng nghe lời nguyên rủa, tha thứ thật tình và dễ thương với người nghèo. Đừng lo thu góp tiền tài và đừng mê tiền của.

9. Luôn cầu nguyện cho người tội lỗi cách chung và cách riêng cho anh em chúng sinh nếu có. Thử tìm mọi cách để họ phục thiện. Bàn hỏi với những người khôn ngoan kín đáo, đặc biệt cha linh hướng để có phương pháp hay, vừa tế nhị, kín đáo sửa đổi điều xấu gương mù, vừa giữ được thanh danh cho người phạm lỗi.

10. Trước khi vĩnh viễn từ giã chúng viển, hãy xin cha linh hướng chỉ dẫn về phận vụ và luật sống cho những ngày sẽ đến giữa đời.

Kim Hà sưu tầm

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 39: LUÔN TRI ÂN CHÚA

1. Khi ta gặp những người mang ơn của ta thì ta luôn nhớ họ, nhưng tại sao ta không lại không nhớ ơn những người ban ơn cho ta?

2. Ngoài việc dâng lời cảm tạ về những phúc lành Chúa ban, chúng ta cần biết sử dụng những ơn lành ấy cách hữu hiệu.

3. Trước khi đi ra ngoài, hãy rửa mặt và tạ ơn Chúa.

4. Hãy chôn vùi những gì không vui và hãy tạ ơn Chúa trong mọi hoàn cảnh.

5. Chúa có hai ngôi nhà, một là ở trên Thiên Đàng và một là ở trong trái tim những người hiền lành và biết tri ân.

6. Tôi thà rằng cảm ơn Chúa về những gì mà tôi không có còn hơn là nhận những gì mà tôi không thể tri ân.

7. Không có gì cao trọng và đẹp đẽ cho bằng một trái tim biết tạ ơn.

8. Lịch sự là hình thức biểu lộ sâu đậm từ một trái tim biết tri ân và cảm tạ.

9. Chỉ có những bao tử không bao giờ đói mới chê trách mọi sự.

10. Những niềm vui và sự chào mừng nồng hậu làm nên những bữa tiệc lớn lao.

11. Tạ ơn Chúa là một món nữ trang quý giá. Lòng tạ ơn luôn hiện diện trong trái tim người chân thật.

12. Tạ ơn Chúa là một cách trân trọng đón nhận ơn phúc Chúa ban và làm cho Chúa được vinh danh và được ngợi khen vì Lòng Nhân Hậu của Chúa.

13. Cảm ơn và tri ân là những lời cầu nguyện tốt lành nhất.

14. Nói lời tri ân là việc làm lịch sự và vui thỏa, đó cũng là sự quảng đại và thanh cao.

15. Khi thực hành và sống lời tạ ơn thì đụng chạm đến Thiên Đàng.

16. Không nên mơ ước đến hạnh phúc mà ta không có nhưng hãy cảm nhận và tạ ơn về những gì mà ta đang có trong tay.

17. Những gì ta làm cho chính mình thì sẽ chết theo ta, những gì ta làm cho người khác và cho thế giới thì còn mãi và bất tử.

18. Nếu ta không bằng lòng với những gì ta có thì ta sẽ không bao giờ bằng lòng với mọi sự.

19. Lòng biết ơn làm cho cuộc sống sung mãn hơn. Hãy bằng lòng với tất cả những gì mà chúng ta đang có.

20. Tri ân làm cho chúng ta thay đổi lối suy nghĩ, từ việc từ chối trở nên chấp nhận, từ khủng hoảng trở nên trật tự, từ bối rối trở nên rõ ràng, từ một bữa ăn tầm thường trở nên một bữa tiệc, từ một căn nhà trở nên một mái ấm, từ một người lạ trở nên một người bạn thân.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, Bài 40: ĐẾM CÁC PHÉP LẠ CHÚA BAN

Hãy mở mắt mỗi ngày để quan sát,
Các phép lạ diệu kỳ của tình yêu.
Nếu ta không mở to đôi mắt,
Không thấy điều Chúa âu yếm ban cho.

Phép lạ của tình Chúa yêu nhân loại,
Phép lạ của tình yêu gia đình.
Phép lạ của người hy sinh chính mình cho người khác,
Phép lạ của tình bạn thiêng liêng.

Phép lạ của tri âm gặp tri kỷ,
Phép lạ của tình yêu chân thành.
Phép lạ của kẻ tội lỗi nhận được ơn tha thứ,
Phép lạ của cha mẹ khi đón con hoang đàng.

Phép lạ của buổi bình minh rực rỡ huy hoàng,
Phép lạ buổi hoàng hôn trên bầu trời xa thẳm.
Phép lạ trời mưa tâm tã trên bãi sa mạc nóng cháy,
Phép lạ của đêm đen khi có ánh trăng soi sáng.

Phép lạ của tiếng cười trong trẻo,
Phép lạ của những giọt nước mắt.
Phép lạ của sự trưởng thành,
Phép lạ của sự chín chắn với thời gian.

Phép lạ là có được những người mình yêu,
Phép lạ của niềm vui và nguồn cảm hứng.
Phép lạ của niềm hạnh phúc vô biên,
Khi người sản phụ lần đầu thấy con sơ sinh.

Phép lạ của kẻ mù được mở mắt,
Phép lạ của bác sĩ khi cứu được bệnh nhân.
Phép lạ của kẻ lạc lối tìm được nẻo chính,
Phép lạ của nghệ sĩ hoàn tất tác phẩm mình.

Hãy hướng đôi mắt bị che khuất của mình,
Để thấy những phép lạ hiển hiện ở chung quanh.
Vì chỉ khi chúng ta nhìn thấy rõ ràng,
Phép lạ của Chúa tràn ngập khắp cõi nhân sinh.

Kim Hà

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 41: VẠN SỰ DO TÌNH YÊU SÁNG TẠO

1. Hãy bắt đầu ngày mới với nụ cười, ít ra đó cũng là một sự khởi đầu tốt đẹp.
2. Đời không phải là chờ cho cơn bão đi qua nhưng là học cách nhảy múa trong cơn mưa!
3. Hãy đứng lên tạ ơn Chúa và tin tưởng nơi Ngài, bởi vì không có gì tốt lành hơn, không có nơi nào tốt hơn là tạ ơn Chúa trong những giờ giấc mà bạn cố và ở nơi bạn đang ở.

4. Hãy để mọi người nhớ mãi nụ cười của bạn.
5. Tôi đã mỉm cười ngày hôm qua. Tôi đang mỉm cười ngày hôm nay. Khi ngày mai đến, tôi sẽ mỉm cười.
6. Đơn giản, cuộc sống quá ngắn để ta khóc về mọi thứ. (Santosh Kalwar)
7. Đi kiểm tra sức khỏe thường xuyên, cho dù không ốm đau.
8. Uống nhiều nước, ngay cả khi không khát.
9. Học cách buông bỏ, ngay cả khi đối diện với những vấn đề nghiêm trọng.
10. Học cách nhịn nhục ngay cả khi bạn là người đúng.
11. Học cách khiêm tốn, ngay cả khi bạn giàu có và có quyền lực.
12. Học cách bằng lòng ngay cả khi bạn không giàu.
13. Tập luyện thể thao ngay cả khi bạn bận rộn.
14. Dành thời gian cho những người bạn yêu mến.
15. Cội nguồn của dòng sông tình yêu phát xuất từ Chúa Cha qua Chúa Giê-su tuôn chảy đến nhân loại.
16. Tình yêu là nguồn sự sống, là động lực chính yếu của cuộc đời và sau hết.
17. Tình yêu là cứu cánh của cuộc đời.
18. Thỉnh thoảng nên ngừng đi tìm hạnh phúc mà hãy cứ sống vui vẻ.
19. Một cuộc sống trong nhung lụa làm cả những tâm hồn mạnh mẽ nhất cũng trở nên phù phiếm.
20. “Vạn sự đã do tình yêu sáng tạo, vạn sự được tình yêu nâng đỡ, vạn sự đi về tình yêu và đi vào trong tình yêu.” (R.Tagore)

Kim Hà sưu tầm

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 42: VUI MỪNG VÀ HÂN HOAN

1. Hãy kết bạn với những người mà bạn cảm thấy ở nơi họ có những điều tốt đẹp và trong sáng vì họ sẽ làm cho bạn cảm thấy lạc quan.
2. Hãy chỉ nghĩ đến những điều tốt nhất, làm những gì tốt nhất và kỳ vọng những gì hạnh phúc nhất.
3. Hãy vui mừng và hân hoan khi thấy người khác thành công như khi chính bạn thành công.
4. Hãy luôn kiểm điểm chính mình và tuyên xưng điều ấy cho thế giới, không phải bằng lời nói to tát nhưng bằng hành động lớn lao.
5. Sống với đức tin chân thành để cho thế giới nhìn thấy những sự tốt lành của bạn.
6. Tôi cầu nguyện cho bạn có một trái tim không buồn phiền, một tâm trí không lo âu, một cuộc đời đầy niềm vui, một thể xác không bệnh tật và một ngày tràn đầy Ôn Lành của Thiên Chúa. Amen.
7. Hãy làm cho những bữa tiệc gia đình trở nên một cơ hội đem lại niềm vui cho mọi người.
8. Hãy tỏ cho mọi người thấy lòng hăng say và hiếu khách của bạn.
9. Hãy chuẩn bị một bữa tiệc Tạ Ôn long trọng và gây hứng khởi cho khách mời và gia đình của bạn.
10. Khen tặng và khích lệ mọi người và làm cho bữa tiệc vui vẻ, đáng ghi nhớ.
11. Hãy quên đi những lỗi lầm trong quá khứ,

Và mong ước những thành công trong tương lai.

12. Hãy tạo cho mình một khuôn mặt vui vẻ,

Và ban cho các tạo vật khác nụ cười tươi vui của bạn.

13. Hãy dành nhiều thì giờ để chăm sóc mình,

Hơn là dành thì giờ để chỉ trích người khác.

14. Đừng lo âu, đừng giận dữ, đừng sợ hãi,

Hãy bình thân, tha thứ, sống bình an.

15. Hãy vui đi và phó thác mọi sự nơi Thiên Chúa.

16. Tiền bạc chưa bao giờ và sẽ không bao giờ khiến con người hạnh phúc, trong bản chất nó không có gì có thể tạo ra hạnh phúc. Một người càng có tiền bạc nhiều bao nhiêu thì lại càng muốn có thêm bấy nhiêu.

17. Cuộc sống làm bạn buồn chán ư? Hãy lao vào công việc tốt lành bằng tất cả trái tim. Cứ sống và chết vì công việc ấy. Rồi bạn sẽ tìm thấy hạnh phúc tưởng chừng như không bao giờ đạt được.

18. Thành công là đạt được thứ bạn muốn. Hạnh phúc là vui hưởng thứ bạn đạt được.

19. Ai có một tâm hồn dũng cảm và chân thành thì có thể dùng con mắt của mình để quan sát, dùng trái tim của mình để yêu thương và dùng lý trí của mình để phán đoán.

20. Một cuộc sống trong nhung lụa làm cả những tâm hồn mạnh mẽ nhất cũng trở nên phù phiếm.

Kim Hà

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 43: SỐNG LẠC QUAN

1. Đừng khóc vì tình yêu chấm dứt mà hãy mỉm cười vì nó đã xảy ra.

2. Dù có người luôn lý sự, cứng cổ và kiêu căng thì vẫn cứ yêu thương họ.

3. Nếu bạn làm điều gì tốt mà người ta kết án bạn là ích kỷ và làm việc có động cơ xấu ở đằng sau, thì vẫn cứ làm điều tốt.

4. Nếu bạn thành công thì bạn sẽ có những người bạn giả dối và những kẻ thù chân thật. Xin hãy cứ thành công.

5. Những điều thiện bạn làm hôm nay sẽ bị quên lãng vào ngày mai nhưng xin cứ làm điều thiện.

6. Sự thật thà và chân thành sẽ làm cho bạn dễ bị chế nhạo nhưng cứ thật thà và chân thành.

7. Những người vĩ đại với những tư tưởng cao vời có thể thua kém những người nhỏ bé có tâm trí bình thường, nhưng vẫn cứ suy nghĩ điều lớn lao.

8. Những gì bạn trải qua nhiều năm để xây dựng có thể bị phá hủy trong một đêm. Xin cứ xây dựng.

9. Có người cần bạn giúp nhưng họ có thể tấn công bạn nếu bạn giúp đỡ họ. Xin cứ giúp đỡ họ.

10. Hãy ban cho thế giới những gì tốt đẹp nhất mà bạn có. Dù bạn có thể bị phản bội nhưng cứ tặng cho thế giới tất cả những gì tốt đẹp nhất.

11. Mỗi phút bạn giận là mất đi 60 giây hạnh phúc.

12. Tình yêu đến là khi bạn nghĩ rằng hạnh phúc của người khác rất quan trọng đối với hạnh phúc của bạn.

13. Nếu bạn quyết định sẽ hạnh phúc thì chắc chắn sẽ có hạnh phúc.

14. Thì giờ mà bạn thụ hưởng thì không phải thì giờ lãng phí.

15. Thật là khó khăn khi phải quên đi niềm đau vì nhớ những sự ngọt ngào thì dễ hơn.

16. Hạnh phúc là khi bạn nghĩ gì, điều bạn nói gì, và bạn làm gì đều hợp nhất với nhau.
17. Thường thì những người thông minh ít có hạnh phúc.
18. Hạnh phúc không phải tự nhiên mà có được nhưng nó đến từ những hành động của riêng bạn.
19. Bạn sẽ không bao giờ hạnh phúc nếu bạn tiếp tục đi tìm xem hạnh phúc có những gì trong đó.
20. Bạn sẽ không bao giờ thực sự sống nếu bạn cứ đi tìm ý nghĩa của cuộc sống.

Kim Hà, 2009

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 44: GIÚP NGƯỜI KHÁC

1. Đếm tuổi của bạn bằng số bạn hữu, không bằng kẻ thù.
2. Đếm cuộc sống bạn bằng những nụ cười, không bằng nước mắt.
2. Mỗi người đều có sự đau khổ bí mật mà người khác không biết. Có khi chúng ta gọi một người là lạnh lùng khi thực sự người ấy chỉ buồn bã thôi.
3. Không gì vui thích bằng cười thật lớn, không gì khổ bằng có một cái bao tử bị đau.
4. Điều quan trọng nhất là hãy thụ hưởng những gì bạn có trong cuộc sống. Đó là điều chính yếu nhất.
5. Hạnh phúc là một điều dễ thương và dễ chịu.
6. Bạn không thể bảo vệ chính mình khỏi sự buồn phiền. Vậy hãy luôn sống lạc quan và hạnh phúc.
7. Con người chỉ cần có 3 điều làm cho họ hạnh phúc trên thế giới này: đó là có người để yêu thương, có một việc để làm và có một điều gì để hy vọng.
8. Khi hạnh phúc không chữa lành được tâm hồn thì không có thuốc men nào có thể chữa lành được.
9. Hạnh phúc là có một gia đình lớn, yêu thương nhau, chăm sóc nhau và gần gũi nhau.
10. Không phải bạn có những gì, bạn là ai, bạn ở đâu hay bạn đang làm gì mà làm cho bạn thêm hạnh phúc hay bất hạnh. Đó là những gì bạn định nghĩa về hạnh phúc.
11. Nếu chúng ta không tham vàng bạc mà chỉ thích ăn uống, vui cười và ca hát thì thế giới sẽ vui vẻ hơn nhiều.
12. Chỉ có một cách tìm hạnh phúc chân thật là mở tấm lòng ra giúp đỡ mọi người.
13. Hãy cảm ơn những ai làm cho chúng ta hạnh phúc vì họ chính là những người làm vườn vui vẻ giúp cho linh hồn chúng ta nở hoa.
14. Nếu bạn quá cẩn thận và đề phòng trong tình yêu thì bạn sẽ phá đổ hạnh phúc chân thật.
15. Hy vọng và mỉm cười với những năm tháng trước mặt thì sẽ có hạnh phúc hơn.
16. Bạn không thể có hạnh phúc trừ khi đôi lúc bạn cảm thấy buồn phiền.
17. Hôm nay tôi không có gì làm ngoại trừ việc mỉm cười với mọi người và với mọi sự.
18. Xét đoán và hạnh phúc không thể kết hợp với nhau.
19. Hãy tự hứa với mình: Trở nên mạnh mẽ mà không điều gì có thể làm phiền và lấy đi sự bình an của bạn.
20. Hãy nói về sức khỏe tốt, hạnh phúc, những niềm vui và sự thịnh vượng với những người mà bạn gặp gỡ.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 45: HẠNH PHÚC LÀ BIẾT CHIA SẺ

1. Hạnh phúc là kết quả những nỗ lực của con người. Bạn chiến đấu cho hạnh phúc, cố gắng hết sức để đạt đến hạnh phúc, luôn tìm kiếm hạnh phúc và đôi lúc bạn đi khắp thế giới để kiếm tìm hạnh phúc.
2. Bạn cần phải hợp tác với những ơn phúc Chúa ban. Khi bạn có hạnh phúc thì luôn phải cố gắng gìn giữ hạnh phúc mà không được xem thường.
3. Thành công là đạt được những gì bạn mong ước, hạnh phúc là mong muốn những gì mình có.
4. Hãy học cách quý trọng bản thân và chiến đấu cho hạnh phúc của mình.
5. Hạnh phúc chỉ có được khi chúng ta biết chia sẻ.
6. Ít có người cảm thấy vui mừng và hạnh phúc khi nhìn thấy kẻ khác thành công.
7. Nếu bạn quyết định mình sẽ tận hưởng hạnh phúc mà mình có thì bạn sẽ thành công.
8. Hạnh phúc tùy thuộc vào lòng can đảm và công việc của bạn.
9. Cách tốt đẹp nhất để làm cho bạn vui lòng là hãy làm cho những người khác vui lòng trước.
10. Khi đưa con đầu lòng bé nhỏ cất tiếng cười lần đầu tiên thì cha mẹ cảm thấy cuộc sống thần tiên.
11. Hạnh phúc mà không chia sẻ thì không thể gọi là hạnh phúc được vì nó ích kỷ.
12. Hạnh phúc là lúc lứa đôi tay trong tay, họ cùng nhảy múa trên bãi cát và nhảy múa dưới ánh trăng.
13. Hạnh phúc là sự thật còn bất hạnh là chuyện cổ tích.
14. Khi gần cảnh đẹp thì tôi cảm thấy hạnh phúc vì có không khí trong lành, núi non hùng vĩ, cây cối đầy bóng mát và người người vui vẻ.

15. Ai là người hạnh phúc nhất? Đó là kẻ chiến đấu dũng cảm với cuộc sống giông tố chứ không phải là kẻ sống an lành nơi bãi biển và chỉ mới bắt đầu bước đi.
16. Một trong những chìa khóa đạt hạnh phúc là đừng nên nhắc về quá khứ.
17. Hãy để cho mọi sự qua đi, một số người chỉ là một phần trong lịch sử của cuộc đời bạn chứ không phải là một phần trong số phận của bạn.
18. Có hạnh phúc hay không là tùy thuộc nơi bạn.
19. Con người có khuynh hướng đếm những khó khăn của mình mà quên không đếm những hạnh phúc.
20. Khi mình có trí nhớ kém thì mình có thể tận hưởng những điều tốt lành nhiều lần mà tưởng như là lần đầu được hưởng.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 46: ĐỪNG BAO GIỜ TRÁCH AI

1. Hạnh phúc là cùng nhau cố gắng, là vì nhau mà thay đổi. Chứ không phải là bắt bẻ từng lỗi nhỏ của nhau.
2. Giúp người hoạn nạn sẽ được phúc đời sau.
3. Lạy Chúa, xin cho con không bao giờ là lý do mà người ta phải đến với Chúa vừa khóc, vừa cầu nguyện và cảm thấy trống vắng.
4. "Ta sẽ trả lại cho con những năm tháng mà kẻ thù lấy đi của con, sự cô đơn vì con bị hành hạ và bị đối xử tệ bạc. Ta ban cho con nhiều niềm vui, bình an, tài năng và cơ hội tốt."
5. Chúng ta không luôn luôn đồng ý với nhau nhưng điều quan trọng là chúng ta tôn trọng nhau.
6. Có những chuyện trong đời bạn, tốt nhất không nên làm và đừng bao giờ làm!
7. Đừng bao giờ trách một người không giúp đỡ bạn. Cuộc đời của bạn là do bạn tự quyết định. Sao bạn cứ mãi trông chờ vào ai đó mà không tự đứng dậy thay đổi

cuộc đời.

8. Đừng bao giờ trách một người lừa dối bạn bởi hoặc là bạn đã cho họ cơ hội, hoặc đó đơn giản là bản chất của họ

9. Đừng bao giờ trách một người lợi dụng bạn. Một là bạn quá tin tưởng, hai là lương tâm của họ không còn nữa.

10. Đừng bao giờ trách một người không thương bạn bởi chuyện trái tim đâu ai lý giải được

11. Đừng bao giờ trách một người rời xa bạn. Đối diện với sự thật đi, duyên hai người đã cạn. Tốt nhất là cứ để họ ra đi. Thoải mái cho mình, đỡ vướng vẩn cho người.

12. Đừng bao giờ trách một người đồn đại và nói xấu sau lưng bạn. Hãy thương lấy họ và đừng chấp họ.

13. Càng lớn càng nhận ra không cần số lượng bạn bè mà là chất lượng bạn bè.

14. Tiền bạc chưa bao giờ và sẽ không bao giờ khiến con người hạnh phúc, trong bản chất nó không có gì có thể tạo ra hạnh phúc. Một người càng có nó nhiều bao nhiêu càng muốn nó nhiều bấy nhiêu.

15. Cuộc sống làm bạn buồn chán ư? Hãy lao vào công việc bạn tin tưởng bằng tất cả trái tim, sống vì nó, chết vì nó, và bạn sẽ tìm thấy thứ hạnh phúc tưởng chừng như không bao giờ đạt được.

16. Thành công là đạt được thứ bạn muốn. Hạnh phúc là muốn thứ bạn đạt được.

17. Một tâm hồn dũng cảm và chân thành, có thể dùng con mắt của mình để quan sát, dùng trái tim của mình để yêu thương, dùng lý trí của mình để phán đoán, không làm cái bóng mà làm người.

18. Hãy bằng lòng với những gì ta có và quyết chống lại những sự không may.

19. Hãy chiến đấu với những cám dỗ hay những đam mê bất chính. Lúc ấy ta có một sự hạnh phúc bất ngờ.

20. Đừng bao giờ trở nên cái bóng của người khác mà hãy làm một con người độc lập.

Kim Hà sưu tầm, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 47: HẠT NGỌC TRAI CỦA KIÊN NHẪN

Khi còn thơ ấu, tôi thấy bà ngoại tôi và mẹ tôi đều thích đeo những chuỗi Ngọc trai óng ả hơn là chuỗi kim cương, dây chuyền vàng hay chuỗi ngọc thạch như các phụ nữ Á Đông khác. Tôi đã từng tò mò hỏi mẹ tôi rằng:

"Mẹ ơi, Ngọc Trai này ở đâu mà ra? Họ tìm trong mỏ ngọc hay là ở dưới biển?"

Mẹ tôi đáp: "Con Trai tạo ra Ngọc Trai con ạ."

Tôi hỏi:

"Con Trai bề ngoài không đẹp mà sao nó "chế" ra ngọc đẹp vậy mẹ?"

Mẹ trả lời:

"Ồ, chuyện con Trai làm ra Ngọc Trai là một bài học tốt và có ý nghĩa cho những ai đang chịu đau khổ. Con có biết con Trai (sò) ở đâu không? Nó ở dưới biển. Nó có cùng một gia đình với con sò, con hến và các loại thủy sản khác.

Câu chuyện về Ngọc Trai rất lý thú và khác thường:

"Khi hạt cát rớt vào thịt của Con Trai thì nó cảm thấy đau đớn, khó chịu nên cố gắng tìm cách loại trừ hạt cát ấy. Tuy nhiên khi nó không thể loại trừ hạt cát dính vào thịt da thì nó tìm cách khác. Nó nhả một chất xà cừ óng ả như ngọc từ vỏ sò của nó ra để bao vây hạt cát hầu giúp cho thịt da của nó bớt xót đau. Thế là hạt trai tròn đẹp đẽ được ra đời ở trong vỏ của con sò trai. Vì thế còn có những loại nữ trang làm từ vỏ con sò trai mang màu sắc óng ánh. Người ta gọi là Ngọc Trai (Pearl). Người ta còn chế tạo nữ trang từ vỏ con Trai mà người Mỹ gọi là Mother Of Pearl. Tuy nhiên loại này không quý bằng ngọc trai."

"Tương tự nếu trong cuộc sống hôm nay mà ta gặp những sự bất ý toại lòng thì phương được cứu chữa là hãy kiên nhẫn tạo thành Ngọc Trai. Có thể đó là Ngọc Trai của kiên nhẫn, nhưng dù khó khăn đến đâu, chúng ta cũng hãy tạo ra Ngọc Trai.

Muốn tạo được Ngọc Trai đẹp đẽ và óng ả từ những nỗi khó khăn thì cần phải có đức tin và tình yêu để làm ra nó."

Trong lịch sử Việt Nam có những chuyện tình sử đẹp đẽ, thi vị và lãng mạn như chuyện tình Trương Chi và My Nương, chuyện tình Tiên Dung và Chử Đồng Tử, chuyện Sơn Tinh và Thủy Tinh đánh nhau vì tranh giành nàng My Nương con Vua, và chuyện Trọng Thủy và My Châu.

Chuyện nào cũng nên thơ. Trong chuyện Trọng Thủy-My Châu thì có liên quan đến con Trai vì:

Nàng công chúa My Châu vì quá yêu chồng nên tiết lộ bí mật quốc gia mà nước mất nhà tan. Nước của Trọng Thủy thắng, còn My Châu thì bị Vua cha giết chết ở bãi biển trước khi Vua tự tử.

Người ta kể rằng những con Trai sống ở vùng biển có máu nàng chảy xuống thì Ngọc Trai nơi ấy toả sáng. Khi Ngọc Trai ấy được đem rửa trong nước giếng là nơi mà chồng nàng là Trọng Thủy tự tử thì ngọc sáng lánh lánh và đẹp rực rỡ.

Ngày nay người ta có những hồ nước nuôi những con trai sò để chúng sản xuất ra các hạt Ngọc Trai nhân tạo. Người ta cũng tạo ra những chuỗi Ngọc Trai giả làm bằng nhựa nhưng vẫn đẹp.

Đeo Ngọc Trai là cách trang sức sang trọng, lịch sự, thông dụng và không bao giờ lỗi thời của giới phụ nữ. Tuy nhiên có mấy ai nhớ đến xuất xứ của những viên Ngọc Trai để tìm cho mình một bài học về kiên nhẫn và sáng tạo?

Không chỉ sang trọng và quyền lực, Ngọc Trai còn là kết tinh của tình yêu bất diệt như sự chung tình và trung thủy của cặp vợ chồng Hoàng Tử Trọng Thủy và Công Chúa My Châu.

Kim Hà, 2019

***Phần Sơu Tâm: Câu chuyện tình yêu của Ngọc Trai

Để có viên Ngọc trai làm đẹp cho đời, con Trai đã phải chịu bao đau đớn khi nó bị tổn thương bởi những vật thể lạ chui vào cơ thể. Nhưng rồi mặc cho đau đớn dày vò, con Trai vẫn can trường, phản ứng tự nhiên bằng cách tiết ra chất xà cừ bọc lên những vật thể lạ để làm lành vết thương cho mình, cơ chế tự nhiên này vô tình sinh ra cho đời những viên ngọc đẹp tuyệt vời để đời đời nó được con người yêu quý, ca tụng, hàm ơn. Đó dường như là một món quà của tạo hoá đền đáp lại bao nỗi khổ nhọc của loài Trai.

Trai là loài nhuyễn thể có hai mảnh vỏ. Trong cuộc sống, một đôi vợ chồng cũng như con Trai vậy, người vợ và người chồng ví như hai mảnh vỏ con Trai gắn kết với nhau....Một ngày kia, khi có một vật lạ rơi vào bên trong, nếu hai mảnh vỏ trai chỉ làm điều đơn giản là đẩy nó ra ngoài, hoặc tách rời nhau và không phối hợp với nhau sẽ không bao giờ có những viên Ngọc trai quý báu.

1. Ngọc trai: Báu vật thiêng liêng của tình yêu.

Mỗi viên ngọc là kết tinh của một tình yêu bất diệt của con trai

2. Đến những thiên tình ca chân thực.

Chuyện tình “chỉ có cái chết mới chia lìa đôi ta” của tổng thống Mỹ Ronand Reagan và vợ - Đệ nhất phu nhân Nancy Reagan luôn được người Mỹ tôn vinh và lấy đó làm hình ảnh mẫu cho một tình yêu chân chính. Bà Nancy Reagan là một trong 10 Đệ nhất phu nhân Mỹ có tầm ảnh hưởng tới thời trang. Bà luôn là người phụ nữ đẹp hoàn hảo, lộng lẫy mỗi lần xuất hiện trước công chúng với những bộ trang phục cao cấp, những phụ kiện ngọc trai tinh tế, sang trọng.

Người ta nói, mỗi sáng thức dậy bà luôn nhận được những bức thư tình ngọt ngào, yêu thương và những món quà yêu thích từ người chồng của mình. Nhìn vào những hình ảnh của bà thì chúng ta có thể ngầm đoán rằng ngọc trai sẽ không thể vắng mặt trong những gói quà quan trọng ấy.

Bà Nancy Reagan xuất thân từ minh tinh Hollywood trở thành Đệ nhất phu nhân nước Mỹ vào năm 1952

3. Ngọc Trai: Báu vật của biển khơi.

Không giống như bất kỳ loại đá quý nào khác trong thiên nhiên, Ngọc Trai biển được tạo ra từ một cơ thể sống, có sắc màu và hình dáng tự nhiên không mài dũa, và đặc biệt mang trong mình hàng triệu tế bào sống – chính yếu tố này đã tạo nên sự khác biệt và quý giá của Ngọc Trai. Nó giúp Ngọc Trai có khả năng khúc xạ và phản xạ một phần ánh sáng tạo nên màu sắc lung linh, đa sắc dưới mỗi góc ánh sáng khác nhau.

4. Trang sức Ngọc Trai đẹp, giá trị và gần gũi hơn với con người

Ngọc Trai không chỉ có vẻ đẹp thuần khiết của mỗi viên ngọc, mà trong mỗi sản phẩm còn ẩn chứa một tình yêu nồng cháy của các nghệ nhân chế tác.

Bởi để dâng cho đời những tác phẩm trang sức lung linh, ý nghĩa người nghệ nhân không chỉ làm việc với một cái nghề mà họ phải làm việc với cả tâm hồn và tình yêu sâu sắc dành cho những viên Ngọc Trai.

Ngày qua ngày, họ miệt mài nghiên cứu, vẽ, tạo hình... chế tác thành phẩm một cách tỉ mỉ, công phu mà luôn tươi cười hạnh phúc.

5. Ngọc Trai được chế tác từ nguồn cảm hứng.

Sự kỳ diệu của Ngọc Trai trong suốt hành trình tạo ngọc dưới lòng đại dương, mô phỏng hình ảnh, đường nét của rặng san hô nhẹ nhàng nâng đỡ từng viên Ngọc Trai như hình ảnh người đàn ông nâng niu người phụ nữ trong cuộc đời mình.

6. Ngọc Trai: Báu vật thiêng liêng của tình yêu.

Ngọc Trai mô phỏng đường nét uốn lượn của những cơn sóng biển hiền hòa đang nâng niu từng viên Ngọc Trai long lanh, tựa như cánh tay dịu dàng của người mẹ vươn dài vuốt ve và che chở những đứa con yêu.

Sưu tầm

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 48: HẠNH PHÚC ĐƠN GIẢN

1. Hãy làm cho ai đến với bạn và khi về đều cảm thấy vui mừng và hạnh phúc.
2. Hãy trở nên một hình ảnh tử tế của Thiên Chúa: Tử tế trên khuôn mặt, tử tế trong ánh mắt và tử tế trong nụ cười.
3. Nói chung, những người cảm thấy mình đau khổ vì họ luôn nghĩ về cái tôi của họ, còn những người hạnh phúc nhất chính là những ai quên mình để phục vụ người khác. Nếu chúng ta phàn nàn về cuộc sống thì chỉ vì chúng ta luôn nghĩ đến mình.
4. Có những điều đơn giản mà đem lại cho ta một niềm vui như có một ly rượu vang, có một nắm hạt dẻ nướng chín, nghe tiếng sóng biển rì rào, nghe tiếng chim hót thánh thót, nghe tiếng trẻ thơ cười khúc khích, ngay cả khi nghe tiếng khóc của trẻ sơ sinh.
5. Hạnh phúc nâng chiều cao lên nếu như cuộc sống không đủ chiều dài.
6. Tôi cần tập cách bằng lòng với những gì tôi có.
7. Hạnh phúc là biết thưởng thức cảnh đẹp của thiên nhiên và nhận thức giá trị của cuộc sống con người.

8. Khóc, tha thứ, học hỏi, tiếp tục sống. Hãy để cho nước mắt của bạn tưới mát cho hạnh phúc tương lai.
9. Sự thật là đôi khi chúng ta cần trở nên kẻ bị thua cuộc bởi vì hạnh phúc không có nghĩa là ta phải có mọi sự toàn hảo tuyệt đối trong cuộc sống.
10. Tôi muốn được hạnh phúc hơn là luôn làm mọi sự tuyệt hảo.
11. Hạnh phúc là ý nghĩa và mục đích của cuộc sống.
12. Hãy tặng nụ cười trong sáng vì bạn không tốn tiền nhưng bạn đem ánh sáng bình minh rọi sáng bóng đêm của người khác và làm cho ngày đời của họ trở nên đáng sống.
13. Đôi khi cuộc sống gõ cửa và đánh thức bạn dậy. Hạnh phúc không phải là thiếu sự khó khăn nhưng là có khả năng chống chọi với khó khăn.
14. Những ai không đi tìm hạnh phúc thì dường như tìm thấy nó.
15. Những ai đi tìm hạnh phúc thì quên đi rằng mình được hạnh phúc là vì đi tìm hạnh phúc cho những người khác.
16. Bí mật của hạnh phúc là tự do. Bí mật của tự do là can đảm.
17. Hạnh phúc không phải là sự thiếu thốn những khó khăn nhưng là khả năng đối phó với khó khăn.
18. Dạy trẻ thơ cách sống thế nào và chúng sẽ nhớ suốt cả cuộc đời chúng.
19. Người ta cố tích lũy kinh nghiệm, ký ức, sự kiện, ý tưởng của những người khác và đó chính là lý do mà họ quên đi giấc mộng của cuộc sống mình.
20. Hãy kể chuyện vui làm cho mọi người vui cười. Như thế thì những vết nhăn trên khuôn mặt bạn sẽ phai mờ và lửa trong tim bạn luôn bùng sáng.

Kim Hà, 2009

LỜI HAY Ý ĐẸP BÀI 49: HẠNH PHÚC LÀ CHIẾN THẮNG BẢN THÂN

1. Tôi là một tạo vật hạnh phúc nhất trên thế giới. Tôi hạnh phúc hơn những

người khác vì người ta mỉm cười còn tôi thì cười lớn tiếng.

2. Công thức của hạnh phúc: Thực tế chia ra bằng kỳ vọng. Có hai cách để được hạnh phúc: Làm cho thực tế được gia tăng và làm bớt đi sự kỳ vọng.

3. Tôi chọn hạnh phúc hơn là đau khổ. Tôi để dành chỗ cho tương lai lấp đầy cuộc sống tôi với những sự ngạc nhiên sắp đến.

4. Có hai cách để chiếm hữu, một là tiếp tục thu góp thêm và hai là bớt ham muốn.

5. Sống một cuộc sống thanh lặng và đơn giản ở vùng quê, trở nên nguồn lợi ích cho mọi người, làm những việc từ thiện, giúp đỡ những ai cần được giúp đỡ. Rời nghỉ ngơi, ngắm cảnh thiên nhiên, đọc sách, nghe nhạc, yêu thương mọi người. Đó là niềm hạnh phúc.

6. Thế giới này trở nên què quặt vì người ta không còn khả năng cảm tạ Chúa khi được nhìn, nghe, bước đi và làm mọi sự.

7. Người ta không cảm nhận, không nói về tình cảm và nhận thức của mình. Họ không còn suy nghĩ một cách tích cực. Họ không có khả năng tạo nên những tình cảm gần gũi và thân mật. Đó chính là những điều thiếu sót.

8. Hãy an ủi những ai không tìm được no thỏa trong cuộc sống của họ, những người mất niềm trông cậy. Những người luôn sống trong thất vọng và cay đắng, những người không tìm thấy niềm vui và tình yêu trong cuộc đời.

9. Phần chính trong hạnh phúc hay bất hạnh của chúng ta tùy thuộc vào cách chúng ta ứng xử uyển chuyển chứ không phải là cách đối phó với những trường hợp xảy ra cho mình.

10. Con người thời nay hoạt động nhiều mà không hạnh phúc hơn, không khôn ngoan hơn.

11. Hạnh phúc là sức khỏe tốt và ký ức xấu.

12. Hạnh phúc là gì? Tình yêu. Đôi khi tình yêu không mang hạnh phúc đến mà là tình trạng lo âu và là một bãi chiến trường. Có những khi chúng ta mất ngủ, và

luôn tự hỏi: tôi có chọn lựa đúng không? Tình yêu chân thật luôn có ngây ngất, say đắm và đau đớn.

13. Tôi cảm thấy hạnh phúc vì tôi chiến thắng chính mình, chứ không phải là chiến thắng thế giới. Tôi cảm thấy hạnh phúc vì tôi yêu thương thế giới chứ không yêu chính mình.

14. Tôi có ba chiếc ghế trong nhà mình; cái thứ nhất cho sự cô độc, cái thứ hai cho tình bạn, cái thứ ba cho xã hội.

15. Tình bạn luôn luôn là dầu xoa dịu tốt nhất cho nỗi đau vì thất vọng trong tình yêu.

16. Đôi khi bạn dựng lên những bức tường không phải để ngăn người khác ở bên ngoài, mà để xem ai đủ quan tâm phá vỡ chúng.

17. Đừng đi trước tôi; tôi có thể sẽ không theo. Đừng đi sau tôi; tôi có thể sẽ không dẫn lối. Hãy đi bên cạnh và trở thành bạn của tôi.

18. Bạn bè là người biết lời hát trong trái tim bạn và có thể hát lại nó cho bạn nghe dù bạn đã quên lời.

19. Tình bạn, cũng như tình yêu, bị sự thiếu vắng kéo dài phá hủy, dù nó có thể trở nên mạnh mẽ hơn nhờ những xa cách ngắn tạm thời.

20. Có hai cách để hạnh phúc: Hoặc giảm mong muốn hoặc tăng sự giàu có - thế nào cũng được - kết quả đều giống nhau, và mỗi người phải tự lựa chọn và đi theo cách mình thấy dễ dàng hơn.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 50: VUI VỚI ĐIỀU MÌNH CÓ

1. Những ai tin tưởng nơi Thiên Chúa thì sẽ được chúc phúc. (Jeremia 17:7)
2. Lịch sự và lễ phép chào hỏi mọi người đó là thái độ chúng ta cần có trong cuộc sống. "Tiên học Lễ, Hậu học Văn."
3. Hạnh Phúc thật là tận hưởng hiện tại, không lo âu về những gì sẽ xảy ra trong

tương lai.

4. Sau đây là 7 điều xấu:

- Giàu có mà không đi làm,
- Hưởng lạc thú mà không có lương tâm,
- Thích khoa học mà không có lòng nhân đạo,
- Hiểu biết mà không có đạo đức,
- Làm chính trị mà không có nguyên tắc,
- Làm thương mại mà không có luân lý,
- Và thờ phượng mà không biết hy sinh.

5. Hãy xác tín rằng mọi sự mà chúng ta dâng lên Mẹ Maria thì sẽ được Mẹ dâng lên Chúa Giêsu, Con Cưng Thánh của Mẹ.

6. Lạy Chúa, đường trần gian nhiều chông gai gian nan lắm

Xin hãy ở bên dìu dắt bước chân con!

7. "Ngọc bất trác, bất thành khí. Nhân bất học, bất tri lý."

8 "Đưa người, ta không đưa qua sông,

Sao có tiếng sóng ở trong lòng?

Bóng chiều không thắm, không vàng vọt

Sao đầy hoàng hôn trong mắt trong?" (Tổng Biệt Hành, Thâm Tâm)

9 "Một mẹ nuôi được mười con,

Nhưng mười con không nuôi được một mẹ!"

10. Cha mẹ nuôi con bể hồ lai láng,

Con nuôi cha mẹ kể tháng kể ngày!

11. Hãy luôn tin rằng điều tuyệt diệu đang sắp sửa đến!
12. Cho dù con đã đi con đường lầm lỗi ban nhiều lâu thì con vẫn luôn có thể quay đầu trở lại.
13. Hạnh phúc của cuộc đời bạn tùy thuộc chất lượng các tư tưởng của bạn.
14. Khi giàu có mà vẫn giản dị. Khi quyền lực mà vẫn thân thiện. Khi giận dữ mà vẫn im lặng. Đó mới là lối sống hay.
15. Đừng bao giờ lấy quá khứ của một người ra đánh giá họ. Ở đời ai chả có lúc mắc sai lầm!
16. Những ai hạnh phúc thì sẽ làm những người khác hạnh phúc.
17. Căng thẳng đến khi bạn cố gắng làm mọi sự một mình,
Bình an đến khi bạn đặt tất cả mọi sự trong tay Chúa.
18. Khi con không thể cầu nguyện bằng lời thì Chúa nghe được lời cầu trong trái tim con.
19. Nói lời cảm ơn thì tốt hơn vì nó làm cho mọi người vui vẻ và phấn khởi.
20. Lạy Chúa con xin tạ ơn Chúa về cuộc sống và những gì ở trong đó. Cảm ơn Chúa ban cho con ngày, giờ và phút giây.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 51: TRI ÂN

1. Những lời tri ân của bạn phải xuất phát từ đáy tim bạn. Cử chỉ của bạn phải hợp nhất với thái độ biết ơn.
2. Hãy nói lời cảm ơn với cung cách khiêm nhường và yêu thương rồi bạn sẽ chiếm được cảm tình của mọi người.
3. Hãy nhắc nhở cho con cháu biết tầm quan trọng của việc bày tỏ lòng biết ơn.
4. Một lời ngọt ngào tri ân có thể làm cho người khác cảm động.
5. Với những cử chỉ và lời nói bày tỏ lòng biết ơn, bạn có thể nhẹ nhàng nhắc nhở bạn bè rằng họ là những ơn phúc Chúa gửi cho bạn, và cuộc sống thật là đáng sống.
6. Hãy tập thói quen nói cảm ơn khi ai đó làm gì cho mình. Hãy tỏ lòng biết ơn cách chân thành mà không cần ai đáp trả.

7. Lòng biết ơn là một thái độ tốt lành nhất. Không có gì làm vui lòng người ban ơn cho bằng lòng biết ơn chân thành.
8. Không gì nghèo nàn hơn là một người không có lòng biết ơn.
9. Lòng biết ơn là khi ký ức được đặt trong trái tim mà không phải trong tâm trí.
10. Một hành động tử tế nhỏ nhất còn đáng giá hơn một tư tưởng lớn lao.
11. Những ai đem ánh sáng chói lọi của mặt trời đến cho người khác thì không thể không có ánh sáng cho riêng họ.
12. Chiều sâu và ý muốn phục vụ là một phản ánh của lòng biết ơn.
13. Mọi sự trở nên tốt nhất cho người nào cố gắng làm mọi sự tốt nhất.
14. Khi chúng ta diễn tả lòng tri ân thì đừng quên rằng lòng biết ơn cao cả nhất không phải chỉ là lời nói mà là sống với lòng biết ơn.
15. Cảm ơn là lời cầu nguyện hay nhất mà ai cũng có thể nói được. Cảm ơn là lòng biết ơn sâu xa, khiêm nhường và hiểu biết.
16. Với những người có lòng quảng đại và tri ân thì món nợ ân tình lớn nhất là họ không thể trả ơn cách xứng đáng cho ân nhân được.
17. Có sự bình an khi người ta sống với lòng tri ân, và đó cũng là niềm vui thịnh lặng.
18. Lòng tri ân là ký ức của trái tim.
19. Lòng tri ân làm cho cuộc sống thêm sung mãn. Nếu ai có lòng tri ân đủ thì sẽ có dư. Nó biến đổi từ sự từ chối đến sự chấp nhận, từ lộn xộn đến trật tự, từ bối rối đến rõ ràng. Nó có thể biến một bữa cơm thành một bữa tiệc, một cái nhà thành một tổ ấm, một người lạ thành một người thân.
20. Mỗi ngày đến làm cho chúng ta thêm tươi mát và canh tân và lòng biết ơn của tôi cũng được đổi mới.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 52: HÃY CHO ĐI

1. Dù đã sẵn sàng hay chưa chuẩn bị, một ngày kia, chúng ta cũng phải chia tay thế giới này. Đó là sự thật.
2. Khi chết, ta sẽ không còn nữa những ngày xuân hiền hòa, ấm áp. Hãy tận hưởng niềm vui Chúa ban và nhớ đến người thiếu thốn.
3. Ra đi, ta sẽ chẳng còn thấy ánh mặt trời chói chang chào đón, sẽ chẳng còn một ngày mới bắt đầu bằng giọt nắng trong vắt của buổi bình minh. Hãy yêu thiên nhiên.
4. Tiền bạc, danh vọng, quyền lực... tất cả với ta cuối cùng cũng sẽ trở thành vô nghĩa, có còn ý nghĩa chăng là những gì ta tạo ra đối với thế giới này.
5. Vậy điều gì là thật sự quan trọng lưu lại dấu ấn của ta trong cuộc sống? Việc thiện.
6. Quan trọng không phải là những thứ bạn mang theo bên mình, mà là những gì bạn đã đóng góp.
7. Quan trọng không phải là những thứ bạn nhận được, mà là những gì bạn đã cho đi.
8. Quan trọng không phải là những thành công bạn đã có được trong đời, mà là ý nghĩa thật sự của chúng.
9. Quan trọng không phải là những thứ bạn đã học được, mà là những gì bạn đã truyền lại cho người khác.

10. Bị kịch dùng để châm biếm mọi thứ mà pháp luật không quản nổi, Hài kịch dùng để châm biếm mọi thứ mà pháp luật không đụng tới.
11. Vinh dự lớn nhất là bảo vệ Tổ quốc và nhân quyền.
12. Tự do không phải là quyền lợi mà là nghĩa vụ.
13. Chỉ có vì lợi ích chung của quốc gia mà thực hiện báo thù mới là chính nghĩa.
14. Tôi chỉ nuôi tiếc một điều: tôi chỉ có một sinh mệnh để hy sinh vì tổ quốc.
15. Tự do có giá trị quan trọng hơn bất kì tư tưởng nào, khi tiếp nhận ơn huệ thì đã mất đi tự do.
16. Nói lời cảm ơn là tỏ ra có giáo dục và có nhân phẩm.
17. Bạn tri kỷ đôi khi không phải là một người nào đó ở rất gần ta, đôi khi tri kỷ đơn giản là sự chấp nhận nhau, là sự nhường nhịn, là quảng đại, là tin tưởng, là sẵn sàng đồng hành cùng ta và đôi khi là sống trọn cho ta cả cuộc đời dù họ có phải thiệt thòi, thiệt hại và thiệt thân.
18. Với người tri kỷ thì người đó muốn nói với ta những điều này: Nếu một ngày nào đó, bạn cảm thấy thật buồn và muốn khóc. Hãy gọi cho tôi! Tôi không hứa sẽ làm cho bạn cười, nhưng biết đâu tôi sẽ khóc cùng bạn!
19. Hãy tri ân những người ở chung quanh bạn và bạn sẽ có thêm nhiều người giúp đỡ hơn.
20. Lòng biết ơn là một đơn vị tiền tệ mà chúng ta cho đi mà không sợ bị phá sản.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 53: THAY ĐỔI LỐI SỐNG

1. “Hãy bắt đầu ngay lập tức, làm mọi sự cách vui vẻ phấn khởi, không có ngoại lệ nào.” (William James)
2. “Chỉ khi nào chúng ta không còn sợ hãi thì chúng ta mới bắt đầu sống.” (Dorothy Thompson)
3. “Điều quan trọng là biết mình sẽ đi đâu hơn là đến đó một cách nhanh chóng. Đừng làm lẫn giữa các hoạt động và những thành tựu.” (Mabel Newcomer)
4. “Cuộc hành trình ngàn dặm bắt đầu với một bước đi nhỏ.” (Châm Ngôn Trung Hoa)
5. “Đừng tưởng là cánh cửa đóng. Hãy đẩy mạnh cửa để vào. Đừng tưởng rằng cửa đóng ngày hôm qua thì ngày hôm nay cửa vẫn đóng.” (Marian Wright Ederman)
6. “Lắng nghe cho kỹ. Hãy nghe sự tĩnh lặng giữa những nốt nhạc. Cần người có tinh thần kỷ luật để lắng nghe và xác tín về những điều khác biệt với những gì mình biết.” (Dorothy Fuldheim)
7. SỐNG MẠNH MẼ. (Lance Armstrong)
8. “Hãy tiếp tục học hỏi nếu bạn nghĩ rằng không có sự thất bại. Sự hiểu biết biến đổi những gì chúng ta đi tìm cũng như những gì chúng ta tìm thấy.” (Freda Adler)
9. “Hãy biết giá trị của bạn hữu. Chỉ có một cuộc đời sống cho người khác mới là một cuộc đời đáng sống.” (Albert Einstein)
10. “Chúng ta sống về những gì? Nếu không phải là làm cho cuộc sống người khác đỡ khó khăn hơn.” (George Eliot)
11. “Có nhiều người bước vào và bước ra khỏi cuộc đời bạn. Chỉ có những người bạn tốt mới để lại dấu vết chân của họ trong trái tim bạn.” (Eleanor Roosevelt)

12. “Hãy chọn lựa mà không tiếc nuối. Sự giàu có phong phú có thể lót đường đi nhưng sự quảng đại mới soi sáng con đường đi.”

13. “Có 90% của sự lãnh đạo là khả năng đối thoại và đáp ứng với những gì mà người muốn.” (Dianne Feinstein)

14. “Hãy tránh xa những ai đang cố gắng làm giảm bớt cao vọng của bạn. Những kẻ tiểu nhân luôn làm như thế nhưng những người vĩ đại cho cảm tưởng là ta cũng có thể trở nên vĩ đại.” (Mark Twain)

15. “ Bí quyết của niềm vui trong công việc chỉ bao gồm trong một chữ: XUẤT CHỨNG. Khi biết cách làm cho mọi sự tốt lành là đã biết thưởng thức rồi.” (Pearl S. Buck)

16. “Hãy sống trọn vẹn như tất cả là ở đó.”

15. Hãy tìm hạnh phúc ở chính bên trong con người mình. Đa số con người đi tìm hạnh phúc ở khắp chốn, khắp nơi, và bao giờ họ cũng thấy người khác hạnh phúc hơn mình; còn bản thân họ thì họ chẳng bao giờ quan tâm.

16. Theo đuổi đam mê. Hãy ước mơ và biến giấc mơ thành hiện thực. Cuộc sống thật buồn tẻ biết bao nếu không có những giấc mơ.

17. Sống như một trẻ thơ: Vô tư. Hồn nhiên. Không đánh giá. Không ác ý. Không vụ lợi. Lắng nghe. Quan sát. Học hỏi.

18. Ước mơ mộng đẹp nhưng hạnh phúc với những gì mình có mỗi ngày.

19. Khi tôi sống, Chúa đồng hành với tôi. Khi tôi chết, tôi được gặp gỡ Chúa. Ai dám làm gì được tôi khi có Chúa luôn bình vực và bảo vệ tôi?

20. Gieo suy nghĩ, gặt hành động;
Gieo hành động, gặt thói quen.
Gieo thói quen, gặt tính cách.
Gieo tính cách, gặt số phận."

Kim Hà, 2019

-

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 54: Vinh dự lớn nhất-Bảo vệ Tổ quốc

Đây là những lời mà chúng tôi dịch ra từ những lời quotes của nhiều người. Xin đừng chụp mũ hay ngộ nhận. (KH)

1. Dù dưới chế độ chuyên quyền hay dân chủ, dù trong sự nô lệ hay tự do, ta không bao giờ đạt được hạnh phúc nếu ta không có đạo đức.

2. Với người dân, quyền lực duy nhất là pháp luật. Với con người, quyền lực duy nhất là lương tâm.

3. Đạo đức cao thượng nhất của nhân loại là gì? Đó chính là lòng yêu nước.

4. Người không yêu tự do và chân lý, có thể trở thành người mạnh mẽ nhất, nhưng tuyệt đối không thể trở thành người vĩ đại.

5. Chỉ có quốc gia bạn mới đáng được bảo vệ, được quan tâm và đáng để bạn tận trung.

6. Có hai sức mạnh mang đến sự yên ổn: pháp luật và đạo đức.

7. Dù tôi không làm gì cũng luôn nghĩ, nếu tinh thần và sức lực cho phép, tôi chỉ muốn phục vụ cho tổ quốc mình trước tiên.

8. Người công dân tự do chính là cá nhân có thể dùng lời nói và chữ viết biểu đạt tự do của niềm tin chính trị.
9. Khoan dung chính là tôn trọng bất kỳ tín ngưỡng nào của người khác.
10. Bạn có thể khiến mọi người rời bỏ quê hương họ, nhưng bạn không thể cướp mất quê hương trong trái tim họ.
11. Duy chỉ có phục tùng pháp luật mà mọi người đã đặt ra vì mình mới là tự do.
12. Chỉ có quốc gia thu hút những người có bộ óc vĩ đại hoặc coi trọng giáo dục mới có thể trở nên giàu có.
13. Khi giải quyết tranh chấp riêng tư thì trước pháp luật, mọi người đều bình đẳng.
14. Tổ quốc quan trọng hơn sinh mệnh, là cha mẹ của chúng ta, là đất đai của chúng ta.
15. Lịch sử là truyện ký của quốc gia và nhân loại.
16. Chỉ có một việc quan trọng nhất là dùng trí óc và linh hồn để phục vụ quốc gia mình.
17. Pháp luật phải giống như cái chết, không khoan dung bất kỳ ai.
18. Cuộc sống không phải là tất cả. Còn cần biết sống một cuộc đời không phải vì mình, mà vì mọi người, vì Tổ quốc.
19. Tự do trong lương tâm là cái thiện trong tinh thần chí cao vô thượng.
20. "Tôi yêu tiếng nước tôi từ khi mới ra đời." (Phạm Duy)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 55: Châm ngôn

Kinh Thánh là kho tàng khôn ngoan, vì tác giả chính là Chúa Thánh Thần. Chúng ta có thể “gặp” chính mình ở bất cứ nơi nào trong đó, nhờ các bài học vô giá trong Cựu Ước hoặc Tân Ước. Riêng sách Châm Ngôn có rất nhiều câu khôn ngoan giúp chúng ta sống tốt.

Tất nhiên mỗi người mỗi hoàn cảnh và còn tùy lúc, bạn có thể thấy thú vị với các câu khác, riêng đối với tôi thì dưới đây là vài câu thú vị. Xin được chia sẻ...

1. “Hãy để kẻ xa người lạ ngợi khen con, đừng có hé môi khen ngợi chính mình. Đá nặng, cát cũng nặng, đũa ngu nổi giận còn nặng nề hơn” (Cn 27:2-3).
2. “Chính Đức Chúa ban tặng khôn ngoan, tri thức và hiểu biết là nhờ Người mà có” (Cn 2:6).
3. “Miệng lọc lừa, con đẩy cho xa, môi thâm độc, con xua cho khuất” (Cn 4:24).
4. “Kính sợ Đức Chúa là bước đầu của khôn ngoan, biết Đấng Chí Thánh mới là hiểu biết thật” (Cn 9:10).
5. “Gây tội ác là trò tiêu khiển của người ngu, còn khôn ngoan là thú vui cho người hiểu biết” (Cn 10:23).
6. “Kẻ thiếu lương tri mới khinh khi người khác, người giàu hiểu biết thì ngậm miệng làm thánh” (Cn 11:12).
7. “Trí người mình mẫn kiếm tìm tri thức, miệng kẻ ngu si ham thích chuyện diên rồ” (Cn 15:14).
8. “Làm điều dữ là chuyện vua ghê tởm, vì nhờ sống công chính mà ngai báu vững bền. Lời lẽ chân thành khiến vua quý chuộng, vua yêu thương kẻ ăn nói thẳng ngay” (Cn 16:12-13).
9. “Có con đường xem ra ngay thẳng, nhưng rốt cuộc lại đưa đến tử vong” (Cn 16:25).
10. “Trước long nhan, đừng lên mặt kiêu kỳ, chớ đứng vào chỗ của hàng vị vọng” (Cn 25:6).

Khôn ngoan là nhân đức rất cần thiết cho cuộc sống đời thường và tâm linh. Sách Huấn Ca nói: “Chớ khinh thường chuyện các bậc khôn ngoan kể lại, hãy nghiền ngẫm phương ngôn của các ngài; vì nhờ học với các ngài mà con có được kiến thức, và biết cách phục vụ các bậc quyền cao” (Hc 8:8).

Rồi sách Huấn Ca lại nói thêm: “Phúc thay kẻ nghiền ngẫm khôn ngoan, và biết dùng trí khôn mà suy luận” (Hc 14:20).

Đức Mẹ là người như vậy, vì Đức Mẹ luôn trầm lặng, hành động chứ không nói nhiều. Đức Mẹ khôn ngoan vì “hằng ghi nhớ mọi kỷ niệm và suy đi nghĩ lại trong lòng” (Lc 2:19).

TRÀM THIÊN THU

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 56: LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT

1. “Lạy Chúa Giêsu của con, một mình Chúa biết những bách hại con đang phải chịu chỉ vì trung tín với Chúa và tuân theo những lệnh truyền của Chúa. Chúa là đấng lực của con; xin nâng đỡ để con có thể thực hiện những gì Chúa đòi hỏi. Tự mình con chỉ là hư vô, nhưng khi được Chúa phù trợ, mọi khó khăn không còn là gì đối với con nữa... Những hiểu lầm thật quá kinh hoàng; nhiều khi, nếu không nhờ Thánh Thể, chắc con không thể can đảm dấn bước trên đường Chúa đã vạch sẵn cho con” (NK, 91)

2. Thời gian và hoàn cảnh có thể thay đổi bất cứ lúc nào. Vì vậy, đừng nhục mạ, đừng làm khổ bất cứ ai trong đời sống này.

3. Bạn có thể đầy quyền lực ngày hôm nay. Nhưng đừng quên rằng, thời gian còn nhiều quyền lực hơn bạn.

4. Một cây có thể làm được hàng triệu que diêm. Nhưng một que diêm cũng có thể thiêu hủy được hàng triệu cây.

5. “Đừng khóc than cho những gì bạn đã mất, đấu tranh cho những gì bạn có.

6. Đừng khóc than cho những gì đã chết, đấu tranh cho những gì đang sinh ra trong bạn.

7. Đừng khóc than cho người bỏ rơi bạn, đấu tranh cho người ở với bạn.

8. Đừng khóc than cho người ghét bạn, đấu tranh cho người mong muốn bạn.

9. Đừng khóc than cho quá khứ, đấu tranh cho những cuộc chiến trong hiện tại.

10. Đừng khóc than cho những đau thương của bạn, đấu tranh cho hạnh phúc của bạn.

11. Với những gì đang xảy ra cho bạn, chúng ta bắt đầu học biết rằng không có gì là không thể giải quyết được, cứ tiến tới.”

12. Cầu cho cha được thanh nhàn. Chúc cho mẹ được an khang tuổi già.

13. "Có một thời biển và sóng yêu nhau

Người ta bảo biển là mối tình đầu của sóng

Sóng vỗ về ôm bờ cát trưa nóng bỏng

Biển dạt dào hát mãi khúc tình ca."

14. Ta không biết ngày mai sẽ đem lại những gì. Ta chỉ biết hôm nay mà thôi.

Vậy đừng giận lâu. Hãy học cách tha thứ. Hãy yêu với trọn trái tim. Tìm niềm vui.

15. Sống đời mình theo cách mình muốn. Đừng lo lắng về những ai không thích mình.

16. Hãy tận hưởng niềm vui với những ai yêu thích mình.

17. Một nụ cười tươi có thể bày tỏ thái độ biết ơn, một cái gật đầu, hoặc là sự chấp tay cúi đầu cảm tạ giống như khi người ta cầu nguyện.

18. Tôi thích khi thấy người ta vừa bước ra khỏi lửa hoả ngục là đã đem những xô nước đến cứu những người còn đang bị đốt cháy trong ngọn lửa ấy.

19. Gieo vãi tình yêu ở những nơi mà bạn đi. Đừng để một ai đến với bạn rồi ra về mà không có hạnh phúc hơn.

20. "Nếu bạn muốn trở nên một vị thánh lớn thì hãy xin Chúa gửi cho bạn nhiều đau khổ. Lửa Yêu Thương Thánh Thiện không bao giờ bốc cao hơn vì nó được nuôi dưỡng bởi gỗ Thánh Giá, Chúa Cứu Thế đã dùng lòng mến vô biên để hoàn tất Hy Lễ của Ngài." (St. Ignatius Loyola)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP BÀI 57: LỜI KHÔN NGOAN

1. Những mối liên hệ tốt không phải do tình cờ xảy ra nhưng chúng đòi hỏi thì giờ, kiên nhẫn và do hai người cùng xây dựng.
2. Ai cũng muốn hạnh phúc và không ai muốn đau khổ nhưng chúng ta sẽ không có cầu vồng rực rỡ nếu không có những cơn mưa tầm tã.
3. Không nên quên 3 ý nguyện trong cuộc sống:
 - Cầu cho những ai giúp đỡ bạn trong lúc khốn khổ,
 - Cầu cho những ai bỏ rơi bạn trong cơn khốn khổ,
 - Và cầu cho những ai tạo ra sự khốn khổ cho bạn.
4. Có những lúc người ta không bao giờ chú ý đến những điều mà ta làm ơn cho họ cho đến khi ta ngừng làm ơn.
5. Bạn trao tặng cuộc sống tất cả những gì tốt đẹp nhất và nhận lại một cái tát phũ phàng. Nhưng dù sao đi nữa, hãy sống hết mình cho cuộc sống.
6. Đừng dạy con cái làm giàu mà hãy dạy cho con cái sống hạnh phúc vì khi lớn lên, họ sẽ biết giá trị của mọi điều chứ không phải là giá cả của mọi sự.
7. Đừng trách người ta làm cho bạn thất vọng mà hãy trách mình vì đã đòi hỏi quá nhiều nơi người khác.
8. Có 3 trạng thái sống:
 - Khi còn trẻ thì người ta có nhiều thì giờ và năng lực nhưng không có tiền.
 - Khi làm việc thì có tiền mà không có thì giờ.
 - Khi về già thì có thì giờ và tiền nhưng không còn sức lực.
9. Hãy vui hưởng cuộc sống và tất cả những gì mà mình đang có bây giờ vì bạn không thể có mọi sự trong một lúc.
10. "Vui lòng tuân phục Thánh Ý Chúa định về giờ chết và cách chết của ta, đó là sự dọn mình hoàn hảo và chắc chắn nhất để được chết lành." St. Gertrude
11. Đừng để mất niềm hy vọng vì bạn không biết những gì mà ngày mai sẽ đem đến.
12. Người đời thường vô lý, không biết điều và vị kỷ. Nhưng dù sao đi nữa, hãy yêu thương họ.
13. Nếu bạn làm điều tốt, có thể mọi người sẽ cho là bạn làm vì tư lợi. Nhưng dù sao đi nữa, hãy làm điều tốt.
14. Nếu thành công, bạn sẽ gặp những người bạn giả dối và những kẻ thù thật sự. Nhưng dù sao đi nữa, hãy thành công.
15. Việc tốt bạn làm hôm nay sẽ bị lãng quên. Nhưng dù sao đi nữa, hãy làm điều tốt.
16. Thăng thấn, trung thực thường làm bạn tổn thương. Nhưng dù sao đi nữa, hãy sống thẳng thắn.
17. Người có ý tưởng lớn lao có thể bị đánh gục bởi những kẻ suy tính thấp hèn. Nhưng dù sao đi nữa, hãy luôn nghĩ lớn.
18. Người ta thường tỏ ra cảm thông với những người yếu thế nhưng lại đi theo kẻ mạnh. Nhưng dù sao đi nữa, hãy tranh đấu cho

những người yếu thế.

19. Những thành quả mà bạn đã phải mất nhiều năm để tạo dựng có thể bị phá hủy chỉ trong phút chốc. Nhưng dù gì đi nữa, hãy cứ tiếp tục dựng xây.

20. Bạn có thể sẽ bị phản bội khi giúp đỡ người khác. Nhưng dù sao đi nữa, hãy giúp đỡ mọi người.

Kim Hà dịch thuật, 2019

Lời hay Ý Đẹp, bài 58: Sống Hạnh phúc

1. Hạnh phúc đến giữa các cánh cửa mà bạn vô tình mở ra.
2. Hãy học như những cây bút chì màu: nhọn, cùn, đẹp, xấu, có những cái tên khác nhau và những màu sắc khác nhau nhưng chúng nằm yên cố thủ tự trong cùng một cái hộp.
3. Một người có hạnh phúc thật sự là người có thể an hưởng cảnh đi lòng vòng mà không thất vọng và có thể đi lại từ đầu mà không nản chí.
4. Tôi hỏi Chúa: "Chúa ơi! Tại sao Chúa cứ tiếp tục chúc phúc cho con vậy?" Ngài đáp: "Để con có thể tiếp tục là một phúc lành cho những người chung quanh con!"
5. Lạy Chúa, tất cả những điều mà con xin Chúa là: Xin Chúa chúc phúc cho gia đình và bạn bè của con, những người cần phép lạ. Xin Chúa ban ơn mạnh mẽ cho những ai yếu đuối. Xin Chúa làm nhẹ gánh của những ai đang mang gánh nặng nề. Amen.
6. Đối với các tín hữu Công giáo thì họ đi vào huyết mộ với âm nhạc trong linh hồn vì họ sẽ được gặp gỡ Thiên Chúa của họ.
7. Đừng khóc khi tình yêu lìa xa ta mà hãy mỉm cười vì nó đã xảy ra với ta.
8. Bạn có thể chỉ là một con người trên thế giới nhưng bạn cũng có thể là cả một thế giới cho một người khác.
9. Hãy bắt đầu một ngày mới với lời tạ ơn và dâng hiến cho Chúa, hãy chấm dứt một ngày với lời xin lỗi và cảm tạ Chúa.
10. Khi bạn gặp gỡ Chúa, Ngài sẽ không hỏi bạn có bao nhiêu tiền, có bao nhiêu xe, có bao nhiêu nhà cửa nhưng Chúa sẽ hỏi liệu bạn có đóng một vai trò quan trọng nào trong cuộc sống của một người trẻ, đặc biệt là trong cuộc sống của các con cháu bạn không?
11. Hãy sống tử tế và yêu thương các con bạn vì họ là những người định đoạt số phận lúc bạn về già mà bệnh tật nhiều. Họ sẽ xin các bác sĩ tích cực chữa trị cho bạn hoặc họ sẽ gửi bạn đi hospice để chết cho mau.
12. Có người chỉ muốn phờ phạc và khoe khoang với người ngoài mà đối xử tàn tệ với vợ (chồng) và con cháu. Họ là những người ích kỷ và tự giết mình vì khi họ già cả và bệnh tật thì sẽ không có ai muốn chăm sóc cho họ cách tận tình.
13. Bạn là người quan trọng. Trong lúc bận rộn với muôn công ngàn việc, hãy nhớ dành nhiều giây phút cho riêng bạn: lắng nghe nhạc, đọc sách, đi tản bộ. Khi làm như thế là bạn đã gửi thông điệp cho các con về tầm quan trọng của việc lưu tâm và chăm sóc sức khỏe của chính mình.
14. Chúng ta đều cần lắm ánh sáng của một ngày mới!
15. Sẽ có một ngày bạn nhận ra rằng: người từng làm bạn vui nhất sẽ là người làm bạn đau đớn nhất.
16. Lời hứa từng làm bạn nở nụ cười suốt ngày sẽ là câu nói đâm sâu vào tim bạn và nụ cười của bạn không là nụ cười vì hạnh phúc mà là để che dấu nỗi đau.
17. Mọi thứ sẽ thay đổi theo thời gian.
18. Có những ngôn từ còn tồi tệ hơn chữ rửa, đó là những ngôn từ đem lại sự tổn thương.

19. Trưởng thành mới biết, nơi an toàn nhất chính là vòng tay của bố, nơi an ủi nhất chính là lòng ngực của mẹ.

20. Giữa vùng mây nước chơi vơi,

Cuối đường rực sáng những lời kinh đêm.

Cầu cho chân cứng đá mềm,

Kiên trung thờ Chúa đáp đền tình yêu.

Tình yêu hiến mạng một chiều,

Khơi nguồn Cứu độ huyền siêu Thiên đàng.

Kim Hà lượm lặt, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 59: 12 LỜI TÂM NIỆM CỦA THÁNH GIOAN PHAOLO II

1. Tình yêu không bao giờ thất bại và lịch sử của Ái Nhĩ Lan đã chứng minh điều ấy.
2. Bạo lực thật dối trá vì nó chống lại sự thật của đức tin Công Giáo, sự thật của nhân loại cuộc sống và tự do của con người. Bạo lực là tội ác chống lại nhân loại vì nó hủy diệt chất liệu xây dựng xã hội. Bằng cách quỳ gối, cha xin các con hãy tránh xa con đường bạo lực và trở lại với con đường hòa bình. Hãy để cho lịch sử ghi lại những giây phút khó khăn và những cảm nghiệm của dân tộc Ái Nhĩ Lan. Vị Giám Mục của Roma đặt chân đến phần đất của các con và ngài sẽ cùng với các con cầu nguyện chung cho bình an và hòa giải, cho sự khai hoàn của công lý và tình yêu thắng hận thù và bạo lực. (Thông điệp tại Galway, Ái Nhĩ Lan tháng 9 năm 1979).
3. Đơn sơ mà nói thì chính Thiên Chúa Quan Phòng đã làm cho chế độ Cộng sản suy sụp. Nói cách khác, chế độ Cộng sản là một hệ thống thất bại và tự nó sụp đổ. Hậu quả sự thất bại này là do những lỗi lầm và sự lạm dụng của chế độ. Điều ấy chứng tỏ rằng Cộng Sản là một loại thuốc nguy hiểm hơn cơn bệnh nan y. Chế độ này không mang lại cuộc cải cách xã hội mà lại trở thành một mối đe dọa mạnh mẽ và những thử thách cho toàn thế giới. Chế độ Cộng sản tự sụp đổ vì những sự yếu kém của nó.
4. Đừng để cho bản thân bạn tuyệt vọng. Chúng ta là dân tộc của Phục Sinh và bài hát của chúng ta là Halleluiah.
5. Đừng sợ. Đừng tự mãn mà hãy đi ra xa hơn và sâu hơn để thả lưới.
6. Sự thánh thiện chân chính không có nghĩa là tranh đấu từ thế giới mà nó nằm trong nỗ lực của Mẫu Nhiệm Nhập Thể và Thánh Kinh trong cuộc sống hàng ngày, trong gia đình, trong trường học và tại sở làm, trong xã hội và sự tham gia chính trị.
7. Một nhà tù khủng khiếp nhất là một trái tim khép kín.
8. Một truyền thống của gia đình là căn bản và là động lực cho tất cả những chính sách của xã hội.
9. Một quốc gia giết chết các trẻ thơ của mình là một quốc gia không có tương lai.
10. Mỗi người trong cơn đau khổ của mình thì có thể trở nên một phần đóng góp trong công cuộc cứu thế của Chúa Giêsu Kitô Chịu Khổ Hình.
11. Đây là nền văn minh của xã hội tiêu thụ. Người ta học được rằng càng có nhiều của cải thì người ta càng muốn có thêm nữa.
12. Thật là sai lầm khi áp dụng chế độ dân chủ của người Mỹ vào đức tin và chân lý. Ta không thể bầu chọn chân lý. Giá trị của dân chủ đứng vững hay vấp ngã là do những gì nó gìn giữ hay ràng buộc.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 60: 10 KHUYẾN CỦA THÁNH GH GIOAN PHAOLO II

Nguồn: Texts of JPII's speeches during his WYD 2002 travels

1. “Con người được sinh ra để hưởng hạnh phúc. Vì thế ai ai cũng khao khát hạnh phúc. Chúa Giêsu Kitô là lời đáp trả cho những ao ước của các con. Nhưng Ngài muốn các con phải tin thác nơi Ngài. Niềm vui đích thực là một cuộc khai hoàn mà cần phải có một cuộc phấn đấu lâu dài và khó khăn. Chúa Giêsu Kitô nắm giữ bí mật của cuộc Khai Hoàn ấy.”

2. “Niềm vui được hứa hẹn trong Tám Mối Phúc Thật là niềm vui lớn của Chúa Giêsu. Đó là niềm vui đi tìm và tìm gặp khi Ngài vâng lời Chúa Cha trong khi dâng chính Mình Ngài cho những người khác. Khi nhìn Chúa Giêsu thì các con sẽ học được thế nào là nghèo khó trong tinh thần, hiền lành và đầy lòng thương xót, tìm công lý, sống thanh khiết trong tâm hồn và là người kiến tạo hoà bình.”

3. “Khi tin tưởng nơi Chúa Giêsu là chấp nhận những gì Ngài nói, ngay cả khi những điều ấy trái ngược với những gì mà người khác nói. Đó có nghĩa là từ bỏ sự cảm dỗ của tội lỗi, dù nó có hấp dẫn cách mấy đi nữa để rồi đi con đường khó khăn theo các đức tính mà Phúc Âm nêu ra.”

4. “Chỉ một mình Chúa Giêsu Kitô là Đá Tảng để xây dựng sự hiện hữu của con người. Chỉ một mình Chúa Giêsu Kitô được biết, được suy niệm và được yêu mến vì Chúa là người bạn trung thành không bao giờ làm cho các con chán nản. Chúa Giêsu trở nên người bạn đồng hành và những lời của Chúa làm ấm lòng trái tim các con.”

5. “Trương lai ở trong trái tim các con và trong bàn tay các con. Chúa giao phó công tác cho các con, dù cho có khó khăn nhưng đầy phần khởi, các con hãy hợp tác với Ngài để xây dựng một nền văn hoá của tình yêu.”

6. “Hỡi những người trẻ, các con hãy để cho ánh sáng của Chúa Giêsu Kitô chiếu sáng. Hãy loan truyền ánh sáng ấy đến bất cứ nơi nào mà các con đến.”

7. “Tại sao các con phải tụ họp nơi này từ khắp nơi trên thế giới? Các con hãy nói trong trái tim mình rằng: “Lạy Chúa, chúng con sẽ đi với ai? Ai có những Lời Hằng Sống?” “Lạy Chúa, Chúa có Lời Hằng Sống, Lạy Chúa Giêsu, Chúa là người Bạn thân nhất của từng người trẻ, Chúa có lời ban sự sống.”

8. “Thế giới mà các con thừa hưởng là một thế giới rất cần một tình thương huynh đệ và tình người. Đây là một thế giới cần được Chúa đụng chạm và chữa lành bằng sự đẹp đẽ và giàu có phong phú của tình yêu Chúa.”

9. “Có nhiều linh mục, tu sinh và các người thánh hiến ở đây trong ngày hôm nay. Các con hãy đến gần họ và yểm trợ họ, và nếu trong đáy tim sâu thẳm, các con nghe được tiếng gọi làm linh mục hay tu sĩ thì đừng sợ hãi mà hãy đi theo Chúa Giêsu Kitô trên con đường vương giả của Thánh Giá.”

10. “Chúng ta không phải là tổng thể của sự thiếu sót và thất bại mà chúng ta là tổng thể của tình yêu mà Chúa Cha dành cho chúng ta, và khả năng thật sự của chúng ta là trở nên hình ảnh của Con Ngài.”

Lạy Cha Thánh Gioan Phaolo II, cảm tạ Cha đã dạy dỗ chúng con. Xin Cha thương cầu bầu cho gia đình của chúng con để có những người trẻ dám quảng đại dâng hiến cuộc đời cho Chúa vì vinh quang Chúa và lợi ích của các linh hồn. Amen.

Kim Hà, 2019

BÀI 61: LỜI KHUYẾN CỦA THÁNH GH GIOAN PHAOLO II

1. Các con đừng sợ khi đến nơi mình không biết. Hãy đơn sơ bước đi mà không sợ hãi vì biết rằng Chúa ở với các con. Do đó không có sự nguy hại đụng tới các con. Tất cả rất tốt đẹp. Hãy làm điều này trong đức tin mãnh liệt và lòng tin tưởng. (Pope John Paul II)

2. Mẹ Teresa Calcutta đã chọn là người rất hết và là tôi tớ của những người khốn cùng nhất. (Tháng 10 năm 2003)

3. Khi con người chỉ nghĩ đến mình thì một hệ thống nặng nề và quan liêu sẽ điều khiển những gì là sự sáng tạo và phát huy.

4. Sự thật không luôn giống như những quyết định của đa số.

5. Sự nguy hiểm lớn của cuộc sống gia đình là ở giữa một xã hội tôn thờ khoái lạc, sự thoải mái và độc lập, và người ta khép kín trái tim lại và trở nên ích kỷ.
6. Sự lo sợ kết hợp có thể thay đổi tình yêu giữa người chồng và vợ thành tình yêu của hai người tự yêu mình, sống bên cạnh nhau cho đến khi họ rời xa nhau.
7. Để duy trì một gia đình vui vẻ thì cần phải có sự hy sinh của cả cha lẫn mẹ và con cái. Mỗi thành viên trong gia đình phải trở thành trụ cột của những người khác một cách đặc biệt.
8. Nghĩa địa của các nạn nhân bị người khác hành hạ được nói rộng bởi một nghĩa địa rộng lớn hơn, đó là sự giết hại các thai nhi vô tội.
9. Tự do không phải là làm những gì mà chúng ta thích nhưng có quyền làm những gì mà chúng ta cần phải làm.
10. Khoa học có thể thanh tẩy tôn giáo khỏi bị lỗi lầm và mê tín. Tôn giáo có thể thanh tẩy khoa học khỏi thờ ngẫu tượng và những sự sai lạc tuyệt đối.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP: 62: Thái Độ Xử Thế Tốt

Đây là những lời nói khôn ngoan cho tất cả chúng ta, cho dù bạn là người trẻ hay người già. Mong các bạn trẻ học những lời khôn ngoan này:

1. Bạn không phải là công việc làm, không phải là tiền trong nhà băng, không phải là của cải của bạn.
2. Hãy tìm nỗi đam mê của bạn. Tìm xem có những gì làm cho bạn gợi nguồn cảm hứng. Tìm những gì mà bạn yêu thích làm và hãy làm với trọn trái tim. Bạn sẽ tìm được một con đường tạo ra mật ngọt từ những gì mà bạn thích làm.
3. Tình yêu có thể làm cho con người đau đớn, nhưng có tình yêu vẫn tốt hơn nhiều so với việc đóng cửa trái tim lại vì sợ bị đau đớn, hoặc là không dám cảm nghiệm tình yêu.
4. Đối thoại và kính trọng là nền tảng của mối giao hảo lâu bền.
5. Có ba điều cần thiết cho một mối quan hệ: đó là tình yêu, tình dục và có những giá trị sống giống nhau.
6. Không bao giờ so sánh mình với những người khác. Đó là một sự lãng phí năng lực. Bạn là người cá biệt và bạn có những tài năng riêng để phục vụ cho thế giới.
7. Hãy chăm sóc sức khỏe thể xác, tinh thần và tâm linh của bạn.
8. Đừng phàn nàn. Hãy quyết định rằng bạn sẽ chịu đựng và hãy tiếp tục sống với cuộc sống của mình.

9. Đặt giới hạn cho công việc, gia đình và bạn hữu.
10. Những việc nhỏ cũng quan trọng. Nếu bạn lịch sự thì bạn sẽ thành công.
11. Hãy luôn biết ơn. Hãy lập một danh sách những gì mà hôm nay bạn biết ơn.
12. Hãy kỳ vọng là mình sẽ thất bại. Thất bại không phải là chết chóc. Học những bài học và đứng dậy để cố gắng làm lại.
13. Hãy có những giấc mơ phi thường. Bạn sẽ ngạc nhiên về những gì sẽ xảy ra.
14. Hành động với lòng lương thiện.
15. Hãy gọi thăm cha mẹ. Họ có thể có những lỗi lầm trong đời nhưng họ đã nuôi dạy bạn trong khả năng tốt nhất của họ.
16. Hãy biết giá trị của bạn. Không để cho bất cứ ai vi phạm đến những điều mà bạn cho là quan trọng, cho dù họ là người chủ hay là người bạn đường của bạn.
17. Bạn không cần mọi điều đều thành sự. Ngày mai là một ngày khác.
18. Hãy tạo sự phấn khởi cho mình. Thở sâu và chậm.
19. Lắng nghe cuộc đối thoại nội tâm. Liệu bạn có nói với những người bạn yêu thương theo cách thức như vậy không?
20. Hãy chấp nhận liều lĩnh. Hãy làm cho đức tin nhảy vọt. Bạn sẽ mọc cánh bay.

Kim Hà, 2019

Bài 63: THA THỨ VÀ VUI VẺ

1. Hãy phục vụ những người khác. Hãy chú ý đến những người khác. Người ta sẽ luôn nhớ mãi những gì bạn làm cho họ.
2. "Không" là một câu nói đầy đủ.
3. Đừng căng thẳng vì những quyết định. Quyết định không cần là mãi mãi.
4. Hãy chăm sóc và nâng niu tình bạn. Với tình yêu và sự chăm sóc, tình bạn có thể kéo dài suốt đời. Đồng thời, không sợ hãi khi sửa sai tình bạn.
5. Bạn cứ hãy là chính mình. Hoàn hảo trong cái bất toàn của mình.
6. Hãy học chấp nhận những lời khen tặng. Chỉ cần đơn sơ nói: "Cảm ơn."

7. Sẵn sàng nhận ra là mình chưa chín chắn. Vì đó là một hành động can đảm.
8. Bạn không bao giờ đơn độc. Thiên Thần bản mệnh luôn ở với bạn mọi giây phút.
9. Hãy tha thứ. Tha cho chính mình trước và rồi tha thứ cho những người khác. Tất cả chúng ta đều cùng nhau ở trong tình trạng này.
10. Thái độ của bạn luôn là một sự chọn lựa.
11. Hãy cười thật to. Hãy sống vui vẻ.
12. Phép lạ xảy ra nếu bạn chịu khó đi ra ngoài vỏ ốc bình an của bạn.
13. Bây giờ hãy yêu mình. Thật là khó khăn hơn nếu bạn đợi cho đến khi già hơn mới biết yêu mình.
14. Đừng lo nghĩ những gì người khác nghĩ về bạn. Người ta rất ít nghĩ đến bạn, không như là bạn tưởng tượng đâu.
15. Hãy đi theo trực giác của bạn. Sự liều lĩnh can đảm của bạn sẽ có giải đáp. Cứ làm như thế mỗi lần.
16. Hạnh phúc bắt đầu từ trong ra. Đừng đợi bất cứ ai khác làm cho bạn hạnh phúc.
17. Hãy làm chủ tiền bạc của mình. Để dành 10%. Mắc nợ không phải là điều tốt đẹp. Hãy chuẩn bị đem bữa ăn trưa đến sở. Nếu cứ mua một ly cà phê cappuccino và một bánh sandwich mỗi ngày sẽ làm cho bạn tốn kém.
18. Cuộc đời không phải là cuộc chạy đua. Hãy ngừng lại và ngửi hương hoa hồng. Thật sự như thế.
19. Khi bạn quá bận rộn, hãy tự hỏi: "Đây có phải là một vấn đề kéo dài trong thời gian 5 năm không?"
20. Thay đổi đều xảy ra. Đó là điều chắc chắn lớn nhất trong cuộc sống. Hãy tập làm quen với điều ấy.

Kim Hà

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 64: NGUỒN CẢM HỨNG

Sau đây là các chìa khoá mở cửa cho nguồn cảm hứng bước vào:

1. Hãy thụ hưởng những gì chúng ta có và bằng lòng với những gì chúng ta có.
2. Hãy yêu thương hết lòng!
3. Khi bạn yêu thích những gì bạn làm thì bạn sẽ mở tâm hồn ra để đón nguồn cảm hứng.
4. Tin tưởng nơi chính mình. Lắng nghe những tiếng nói nhỏ nhẹ trong nội tâm và biết rằng tiếng nói ấy đến từ trái tim bạn. Đó là trực giác của bạn.
5. Hãy làm theo những gì mà trực giác nói với bạn. Bạn càng lắng nghe thì trực giác của bạn càng mạnh mẽ. Nếu bạn không chú ý thì tiếng nói nhỏ nhẹ ấy sẽ yếu dần và bạn sẽ không nghe được tiếng nói ấy nữa.
6. Hãy cứ tự bảo mình: "Tôi có thể làm..." Đây là một trong những tiếng nói đầy quyền năng nhất mà bạn có thể sử dụng.
7. Nếu bạn cứ thường xuyên nhắc nhở mình với lời này thì bạn xây được cây cầu nối liền bạn và nguồn cảm hứng của bạn.
8. Đừng bao giờ lắng nghe ai nói câu: "Tôi không thể làm..." Họ có thể nghĩ rằng họ không thể làm được nhưng họ lại cho bạn một tư tưởng tiêu cực. Bạn cứ phải lập đi lập lại câu: "Tôi có thể làm..."
9. Hãy tin vào chính mình. Khi bạn có tư tưởng mạnh mẽ và có những mơ ước thì bạn có thể làm được mọi sự, và không có gì

làm cho bạn bỏ cuộc.

10. Tránh tất cả những gì tiêu cực. Không có gì giết chết nguồn cảm hứng của bạn một cách nhanh chóng cho bằng nói chuyện với người chán nản.

11. Chấp nhận. Chấp nhận rằng có những ngày mà bạn cảm thấy có nhiều nguồn cảm hứng hơn những ngày khác. Đây là điều bình thường, không ai có nguồn cảm hứng suốt ngày.

12. Điều quan trọng nhất là hành động mỗi ngày, dù việc nhỏ hay việc lớn. Khi hoạt động, dù chỉ là một việc nhỏ nhoi nhưng khi hành động thì bạn có thêm cảm hứng.

13. Hãy thực hành để cho ngọn lửa trong tâm hồn bùng cháy. Hãy làm những việc nhỏ thì bạn sẽ có hứng khởi để bắt đầu những bước khác.

14. Sống mà không có ước mơ, không có nguồn cảm hứng, không có sự sáng tạo thì cuộc sống rất dễ sinh ra buồn chán.

15. “Người bạn trung thành là một nơi nương tựa vững chắc,

Ai gặp được người bạn như thế, là gặp được kho tàng.” (Hc 6,14)

16. Từ tế là ngôn ngữ mà kẻ điếc có thể nghe và kẻ mù có thể nhìn thấy. Một ngôn ngữ mà tất cả chúng ta có thể nói.

17. Tôi cần Chúa trong mọi giây phút của cuộc đời tôi.

18. Tôi không sợ khi nói rằng tôi rất cần Chúa Giêsu trong cuộc đời tôi.

19. Bạn không cần phải vĩ đại để bắt đầu, nhưng bạn phải bắt đầu trở thành vĩ đại.

20. Hãy nhớ rằng khi con ra khỏi trái đất này, con không thể đem đi những gì mà con đã nhận; con chỉ có thể đem đi những gì con đã tặng ban: một trái tim đầy sự phục vụ chân thành, tình yêu, hy sinh và can đảm. (St Phanxico Assisi)

Kim Hà,

BÀI 65: CUỘC ĐỜI ĐÁNG SỐNG

”Chắc chắn con sẽ có một tương lai,
Và hy vọng của con sẽ không thành mây khói.” (Châm ngôn 10: 2)

1. Đời sẽ qua mau như cơn gió thoảng,
Hãy vui lên đừng buông tiếng thở dài,
Dấn bước vào sẽ thấy đẹp tương lai,
Gạt u sầu là ngàn hoa đua nở!

2. Đời đẹp quá! Tại sao lòng xao động?
Những đêm khuya, Trăn trở thức một mình,

3. Nhìn ánh trăng Qua khung cửa lung linh,
Ta say ngắm Muôn vì sao lấp lánh.

4. Đời đẹp quá! Buổi bình minh bừng tỉnh,
Nghe tiếng chim Đang ca hát ríu ran.

5. Nhìn ra vườn Khóm cúc đã nở vàng,
Lòng rạo rục Với tình xuân chan chứa.

6. Đời đẹp quá! Bao tuổi thơ yêu mến,
Vươn mần non Mang sức sống Thiên thần.

7. Tuổi thanh xuân Trần nhựa sống dăng dăng,
Xây mộng đẹp Miên man đầy hy vọng.

8. Đòi đẹp quá! Tuổi xế chiều nhạt nắng,
Mắt mờ màng Nương đôi cánh chim bay,

9. Từng cụm mây Đan quyện sắc ngát ngây,
Bỗng đột biến Tan trong làn gió thoảng.

10. Đòi đẹp quá! Làm chi mà hốt hoảng?
Đêm chập chờn Ngày vội vã u sầu,

11. Tìm kiếm gì? Mê tích lũy sang giàu,
Khi nằm xuống Tất cả đều vĩnh biệt.

12. Đòi đẹp quá! Mà sao ta không biết?
Sống vui lên Và gieo rắc yêu thương,

13. Đừng bày trò Say cuộc đấu hí trường,
Dìm nhân loại Trong đau thương tàn khốc.

14. Đòi đẹp quá! Đừng nghĩ mình cô độc,
Nhận hồng ân Mà Thượng Đế trao ban,

15. Sống mỗi ngày Là điểm phúc muôn vàn
Hãy hân hoan Vì cuộc đời điểm tuyệt.

16. Đòi đẹp quá! Ôi! Cuộc Đời Đáng Sống (*)
Sống tin yêu Đón vinh phúc nhiệm màu,

17. Đẹp đời mình! Đẹp cho cả thế nhân!
Vì mọi người Đều là con Thiên Chúa !

Đình Văn Tiên Hùng

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 66: Cuộc sống sẽ hạnh phúc hơn

1. Tập thể dục. Điều này sẽ mang lại cho bạn một thể chất, tinh thần, và trí lực khỏe mạnh.
2. Chuyện hôm nay đừng để ngày mai. Khi bạn muốn điều gì được hoàn thành, hãy bắt tay thực hiện ngay.
3. Đừng lần lữa, hẹn hôm nay mà ngày mai chưa làm. Nếu bạn muốn có kết quả, thì phải thực hiện. Có thể khó khăn của bạn nhiều hơn của người khác, nhưng nếu cứ nhìn vào những thiệt thòi, thì bạn sẽ không bao giờ thành công.
4. Đọc sách. Đặc biệt là những cuốn sách dài. Bạn đọc tin trên internet là tốt, nhưng những câu truyện dài giúp bạn mở rộng vốn từ ngữ và học hỏi được nhiều thứ sâu xa hơn.
5. Cần biết điểm tín dụng (credit score) của mình là bao nhiêu để kiểm soát sự tiêu tiền của mình.
6. Tiết kiệm tiền. Khi còn trẻ, người ta thích ăn xài thoải mái. Nhưng trong 5, 10 năm nữa, bạn sẽ rất mừng là bạn đã tiết kiệm tiền.
7. Đừng giận hờn. Đừng ghét ai làm gì. Nếu ai làm bạn giận, hãy cố bỏ qua hoặc quên đi. Giận hờn làm tốn nhiều năng lượng mà bạn có thể dùng cho những việc tốt hơn.

8. Cười nhiều hơn. Cả những lúc buồn và đau khổ, hãy cố gắng mỉm cười.
9. Ngắm hoa. Lúc dừng lại và ngắm một cành hoa, bạn chẳng tốn thì giờ đâu. Bạn đang nạp năng lượng cho tinh thần thêm thư thái đó.
10. Cảm ơn Chúa về những gì mình có. Cảm ơn ai đó vừa giúp mình. Cảm ơn gia đình. Cảm ơn người bạn đời. Cảm ơn đời. Cảm ơn Chúa vì mình còn sức khỏe. Tùy bạn.
11. Mỗi sáng khi thức dậy là tôi mở ngay hai món quà quý: đó là đôi mắt tôi.
12. Bạn sẽ giúp người khác nhưng bạn phải tự giúp mình đã.
13. Cắt điện thoại Di Động trong túi khi ở cạnh người thân. Đừng luôn tay xem điện thoại Di Động nữa.
14. Đừng e dè. Mở miệng chào hỏi người bên cạnh bạn đi nhé. Có thiệt gì đâu chứ, nhiều lắm gặp người vô ý tứ thì họ bỏ đi thôi.
15. Chào hỏi thì không bỏ lỡ biết bao nhiêu câu chuyện và bao nhiêu người bạn. Đừng thu mình lại.
16. Lắng nghe. Khi ai đó chia sẻ câu chuyện của họ, hãy lắng nghe. Đó là món quà lớn bạn có thể dành cho người đối diện.
17. Hãy là chính mình. Người ta chê bai hay khen ngợi thì cũng đâu mang lại điều xấu tốt gì.
18. Hãy thương bản thân mình và cho nó được làm những gì tốt mà nó khao khát được làm.
19. Du lịch. Đi một ngày đàng học một sàng khôn.
20. Tôn trọng những tư tưởng khác biệt. Học cách thông cảm. Thông cảm với những ý kiến trái chiều từ những người có hoàn cảnh khác mình. Chưa hẳn bạn đúng và người ta sai.

Kim Hà dịch thuật và sưu tầm, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 67: MẸ

1. Mẹ của bạn là người duy nhất trên thế giới mà không có thì giờ để cầu nguyện cho chính bà vì bà luôn luôn bận rộn cầu nguyện cho bạn.
2. Người đàn ông yêu nhân tình tha thiết, yêu vợ nhiều nhất nhưng lại yêu mẹ lâu dài nhất.
3. Dù tôi đã lớn rồi nhưng khi gặp chuyện không vui, tôi luôn muốn gần mẹ tôi.
4. Hãy luôn yêu mến mẹ vì không bao giờ tôi có một người mẹ như thế nữa.
5. Mẹ luôn ủng hộ con khi con cần mẹ nhất.
6. Mẹ yêu con vô điều kiện và thương con vô biên.
7. Nơi nào có mẹ thì nơi ấy là nhà của con.
8. Nếu con không mơ ước, con sẽ chết. (Flash Dance film)
9. Con yêu mẹ vì mẹ đẹp nhất trên trần đời. Mẹ là người phê bình con chân thật nhất và cũng là người hỗ trợ con nhiều nhất.
10. Mẹ là một ân phúc lớn lao nhất mà không ai có thể thay thế mẹ.
11. Mẹ tôi là thiên thần bản mệnh của tôi. Con luôn yêu mến mẹ.

12. Tha thứ tất cả, đặc biệt là tha cho bản thân bạn. Không bao giờ quên cầu nguyện mọi sự tốt lành nhất cho mọi người
13. Kiên nhẫn là chìa khoá, bởi vì khi thời điểm chín mùi đến thì mọi sự sẽ đẹp đẽ, xứng đáng và hoàn toàn bỏ công chờ đợi.
14. Sức mạnh không đến từ những gì mà bạn có thể làm. Sức mạnh đến khi bạn có thể vượt qua những điều mà có lần bạn đã nghĩ rằng mình không thể làm được.
15. Bi kịch của đời sống là chúng ta già quá sớm và khôn ngoan quá trễ.
16. Lo lắng là câu chuyện mà bạn nói với chính mình về những điều mà bạn không thể thay đổi được. Cầu nguyện là câu chuyện mà bạn nói với Chúa về những điều Ngài có thể thay đổi được.
17. Là một người tốt không có nghĩa là bạn phải chịu đựng những rác rưởi của người khác mãi mãi.
18. Người nghèo nàn nhất không phải là người không có tiền bạc. Đó là người không có Thiên Chúa.
19. "Hãy ghét những gì mà thế gian tìm kiếm và hãy tìm những gì mà thế gian tránh gặp." (St. Ignatius Loyola)
20. Chìa khoá của hạnh phúc là: Chú tâm đến điều tích cực, sống giây phút hiện tại, cười trong giây phút này và yêu thích mỗi giây phút của cuộc đời mình. Cảm ơn Trời và cảm ơn đời.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 68: HÃY LÀM ĐIỀU THIỆN

1. Hãy là một thiếu nữ thông minh, một phụ nữ lịch sự và là một quý bà lịch lãm và nhân hậu.
2. Đừng ghét ai dù cho họ mắc lỗi với bạn nhiều lần. Sống khiêm nhường dù bạn có trở nên giàu có.
3. Nghĩ điều tích cực cho dù cuộc sống có khó khăn đi nữa. Hãy cho đi nhiều dù bạn nhận lãnh ít.
4. Tăng trưởng thì đau đớn. Thay đổi cũng đau đớn, nhưng không có điều gì đau đớn hơn là bị ở trong thế kẹt tại một nơi chốn mà bạn không thuộc về nơi ấy.
5. Tôi sống sót bởi vì lửa trong tôi cháy sáng hơn lửa chung quanh tôi.
6. Sống đúng nghĩa là điều hiếm có trong thế giới. Điều đáng buồn là đa số chỉ là hiện hữu, không hơn không kém.
7. Khi bạn bắt đầu thấy mình có giá trị, bạn sẽ cảm thấy thật là khó khăn khi ở chung với những người không giá trị.
8. Điều đẹp đẽ nhất về cuộc đời là bạn luôn có thể thay đổi, trưởng thành và trở nên tốt hơn. Không ai đánh giá bạn vì quá khứ của bạn. Bạn không phải là lầm lỗi của bạn.
9. Hãy trân quý những giây phút quý báu trong cuộc đời bởi vì một ngày nào đó, tất cả chỉ còn là kỷ niệm.
10. Tôi cảm ơn những người khó chịu đã đến trong cuộc đời tôi. Họ dạy tôi một điều là không bao giờ trở nên khó khăn giống như họ.
11. Tha thứ là một hình thức cao trọng nhất và đẹp đẽ nhất của tình yêu. Đáp lại, bạn sẽ nhận được sự bình an và hạnh phúc chưa từng nghe nói.
12. Hãy làm tốt và sự tốt lành sẽ đến với bạn.
13. Nếu bạn tiêu cực thì cuộc hành trình của bạn khó khăn hơn. Có thể đời cho bạn một cây xương rồng nhưng bạn không cần phải ngồi trên cái gai của xương rồng.

14. Về sau, bạn sẽ ở trong một không gian hoàn toàn khác, một tình trạng tinh thần mới, tâm linh mới và tài chánh mới. Hãy tiếp tục cầu nguyện và tin tưởng.

15. Thế hệ này đánh mất ý nghĩa chân thật của tình yêu lãng mạn. Có nhiều bài viết không tôn trọng người phụ nữ. Bạn không thể đối xử tệ với người yêu của bạn mà hãy tôn trọng nàng như một vị công chúa.

16. Hãy kính trọng người phụ nữ mà bạn yêu và xem nàng như là điều ưu tiên số một. Tặng cho nàng các bài thơ hay bản nhạc tình cảm với ý nghĩa chân thành.

17. Hãy sống như trái thơm (dứa). Đầu đội vương miện, ngoài vỏ thì gai góc nhưng trong ruột thì ngọt ngào và thơm tho.

18. Nếu bạn cảm thấy mình mất mát mọi sự thì nên nhớ rằng các loại cây cối đều rụng lá hàng năm nhưng chúng vẫn đứng thẳng và đợi chờ ngày mới sắp đến để đơm hoa và nở lộc.

19. Cảm tạ Chúa luôn yêu thương chúng con. Xin Chúa giúp chúng con có cái nhìn trác ẩn đến những người khác. Xin giúp chúng con luôn biết thương xót người khác trong lời nói cũng như việc làm. Amen.

20. Đừng bao giờ ép buộc bất cứ điều gì phải xảy ra. Hãy cứ để mọi sự xảy đến cách tự nhiên. Nếu điều mà bạn muốn nhưng nó không đến thì có nghĩa là nó không thuộc về bạn.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 69: NIỀM VUI LAN TỎA

1. Xin lòng nhân hậu yêu thương của Chúa chiếu sáng qua bạn để đến những người khác.

2. Khi bạn giữ thái độ tích cực, thân ái và vui tươi thì niềm vui của bạn sẽ lan tỏa đến khắp chốn. Ảnh hưởng niềm vui sẽ lan mạnh đến khắp nơi.

3. Hãy nhớ không ai thích ngồi gần những người hay phàn nàn và nhăn nhó.

4. Không ai thích ở gần những người luôn chỉ trích và xét đoán người khác.

5. Chúng ta quyết tâm xin Chúa Thánh Thần ban cho ta niềm vui, bình an và tình yêu của Chúa. Như thế, chúng ta sẽ làm chứng về đời sống vui tươi của người Kitô hữu cho mọi người.

6. Những nẻo đường khó đi thường dẫn đến những điểm hẹn tuyệt diệu.

7. "Dân Israel hiểu thêm về Chúa trong đồng tro tàn của Đền thờ bị dân Babylon hủy diệt, hơn là trong thời kỳ huy hoàng của Đền thờ dưới thời Vua Salomon." (Lm Raymond Brown)

8. Như dân Israel trên bờ biển Babylon, khi đền thờ của chúng ta bị phá hoại hay bị hủy diệt, trong đồng tro tàn của thời kỳ lưu đày, chúng ta có cơ hội để nhìn ra những điều thâm sâu hơn mà thường chúng ta nhắm mắt làm ngơ.

9. "Càng làm vì người khác nhiều thì càng sở hữu nhiều" (Lão Tử)

10. Bên cạnh mỗi tín hữu đều có một thiên thần bảo vệ và chăm sóc; ngài hướng dẫn tín hữu trong cuộc đời họ.

11. Đôi khi chúng ta đi qua sự tồi tệ nhất để có sự tốt nhất.

12. Máu của các thánh tử đạo là hạt giống của Giáo Hội."

"The blood of the martyrs is the seed of the Church." (Tertullian)

13. Gia đình giống như các cành cây với thân cây. Chúng ta dường như mọc trên các cành cây và đâm tua tủa ra mọi phương hướng nhưng lại có chung một gốc rễ.

14. Nước mắt chỉ nên dành cho người xứng đáng.
15. Không vì một lời nói của người khác mà ảnh hưởng đến tâm trạng bản thân cả ngày.
16. Ăn miếng trả miếng không phải cách xử sự của kẻ khôn.
17. Tâm trạng có lúc lên lúc xuống nhưng không có nghĩa bạn được lấy nó ra nguy hiểm cho hành động của mình. Ai mà đi hầu hạ được cảm xúc sáng nắng chiều mưa của mình.
18. Hãy làm chủ cảm xúc bản thân mình. Nếu không, cả đời bạn mãi chật vật thôi!
19. Hạnh phúc chỉ trở nên thật khi ta chia sẻ với người khác.
20. Đôi khi, tình yêu của đời bạn đến sau lỗi lầm của đời bạn.

Kim Hà sưu tầm, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 70: CẢM HỨNG CHO CUỘC SỐNG

1. Hãy thụ hưởng những gì chúng ta có và bằng lòng với những gì chúng ta có.
2. Hãy yêu thương. Khi bạn yêu thích những gì bạn làm thì bạn sẽ mở tâm hồn ra để đón nguồn cảm hứng.
3. Tin tưởng nơi chính mình. Lắng nghe những tiếng nói nhỏ nhẹ trong nội tâm và biết rằng tiếng nói ấy đến từ trái tim bạn. Đó là trực giác của bạn.
4. Hãy làm theo những gì mà trực giác nói với bạn. Bạn càng lắng nghe thì trực giác của bạn càng mạnh mẽ. Nếu bạn không chú ý thì tiếng nói nhỏ nhẹ ấy sẽ yếu dần và bạn sẽ không nghe được tiếng nói ấy nữa.
5. Hãy cứ tự bảo mình: "Tôi có thể làm..." Đây là một trong những tiếng nói đầy quyền năng nhất mà bạn có thể sử dụng. Nếu bạn cứ thường xuyên nhắc nhở mình với lời này thì bạn xây được cây cầu nối liền bạn và nguồn cảm hứng của bạn.
6. Hãy vui thoả trong Thiên Chúa và Ngài sẽ ban cho bạn những điều mà trái tim bạn ao ước.
7. Hãy tin vào chính mình. Khi bạn có tư tưởng mạnh mẽ và có những mơ ước thì bạn có thể làm được mọi sự, và không có gì làm cho bạn bỏ cuộc.
8. "Còn kinh nguyện nào đẹp hơn Kinh Mân Côi, kinh chính Mẹ dạy ta. Hãy luôn lần chuỗi Mân Côi".
9. Chấp nhận. Chấp nhận rằng có những ngày mà bạn cảm thấy có nhiều nguồn cảm hứng hơn những ngày khác. Đây là điều bình thường, không ai có nguồn cảm hứng suốt ngày.
10. Điều quan trọng nhất là hành động mỗi ngày, dù việc nhỏ hay việc lớn. Khi hoạt động, dù chỉ là một việc nhỏ nhoi nhưng khi hành động thì bạn có thêm cảm hứng.
11. Hãy thực hành để cho ngọn lửa trong tâm hồn bùng cháy. Hãy làm những việc nhỏ thì bạn sẽ có hứng khởi để bắt đầu những bước khác.
12. Làm việc tình nguyện. Bạn sẽ nhận được nhiều hơn là những gì bạn cho đi.
13. Yêu như lần đầu được yêu. Đừng sợ bị tổn thương. Đừng sợ phải cho đi nhiều hơn nhận lại.
14. Đừng đóng trái tim mình lại. Ngoài kia có rất nhiều người xứng đáng với tình yêu của bạn.
15. Tò mò. Đặt câu hỏi. "Tại sao?" "Thế nào?" Không ai biết tất cả mọi thứ, và ai cũng có điều để chia sẻ kiến thức với người khác.

16. Hãy cứ có ước mơ vì nếu không có giấc mơ, không có nguồn cảm hứng, không có sự sáng tạo thì cuộc sống dễ sinh ra buồn chán.

17. Những kẻ vĩ đại với những tư tưởng cao vời có thể thất bại dưới tay những kẻ tầm thường với tâm trí nhỏ bé. Vậy hãy cứ nghĩ đến chuyện lớn.

18. Những gì bạn dành nhiều năm để xây dựng thì có thể bị phá huỷ trong một đêm nhưng hãy cứ xây dựng.

19. Có những người thật sự cần giúp đỡ nhưng họ có thể tấn công bạn nếu bạn giúp đỡ họ nhưng hãy cứ giúp đỡ họ.

20. Tặng cho thế giới những gì tốt lành nhất của bạn và bạn có thể bị vùi dập nhưng bạn hãy cứ cho đi những gì tốt lành nhất. (Mother Teresa)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP BÀI 71: CẦU NGUYỆN LÀ THẤP SÁNG

1. Có những lúc không có lần sau, không có cơ hội thêm lần nữa, cũng không có chuyện tạm thời dừng lại rồi sau đó tiếp tục. Có những lúc, để lỡ mất hiện tại thì sẽ không bao giờ có thêm cơ hội nữa.

2. Hãy dùng thái độ hài lòng với chính mình mà sống cuộc sống tùy theo hoàn cảnh.

3. Có những lúc, chúng ta rõ ràng đã tha thứ cho người, nhưng trong tâm lại không cách nào thật sự vui vẻ được. Đó là bởi bạn đã quên tha thứ cho bản thân mình.

4. Với những chuyện vốn không cần phải giải thích kia, ngay từ khi vừa mới mở miệng thì bạn đã thua rồi.

5. Những thứ không cần đến, dù có tốt hơn cũng như đồ bỏ đi.

6. Kẻ mạnh thật sự không phải là quen biết được bao nhiêu người; mà là trong khó khăn hoạn nạn, còn có bao nhiêu người “quen biết” mình.

7. Người phụ nữ không có sức hút sẽ cảm thấy đàn ông quá thật là lãng nhãng, người đàn ông không có thực lực sẽ cảm thấy phụ nữ sao lại thực tế quá.

8. Nói một tiếng xin lỗi với bản thân, những năm qua ta đã không học cách yêu thương mình.

9. Khi người còn đó, cảm thấy ngày sau còn dài, cái gì cũng đều có cơ hội. Kỳ thật, đời người là một phép trừ, sống thêm một ngày chính là giảm bớt đi một ngày.

10. Ai nấy đều cảm thấy cái gọi là vĩnh viễn quả thật là rất lâu dài, kỳ thật nó có thể ngắn ngủi đến nỗi bạn đều không nhìn thấy được. Hãy trân quý những người mà bạn cho là đáng để trân trọng, đừng để sinh mệnh lưu lại bất kỳ nuối tiếc nào.

11. Con người ta có sinh ắt có tử, nhưng chỉ cần bạn còn đang sống, thì hãy dùng phương thức tốt nhất để sống tiếp. Có thể không có vinh hoa, không có giàu sang, nhưng không thể không có niềm vui được.

12. Đừng bao giờ trách móc bất kỳ ai trong cuộc sống của bạn, bởi vì: Người Tốt sẽ cho bạn Hạnh Phúc. Người Xấu cho bạn Kinh Nghiệm. Người Tội Tệ nhất cho bạn Bài Học và người Tuyệt Vời nhất sẽ cho bạn Kỳ Niệm.

13. Sự thật luôn tỏ lộ vào giờ chót, dù cho ai đó cố gắng hết sức để che dấu hay chấm dứt. Những lời nói dối chỉ là cách làm chậm sự thật hiển nhiên mà thôi.

14. Luôn luôn khiêm nhường và tử tế.

15. Cầu nguyện là thấp sáng cho tương lai.

16. Hãy vui thoả trong Thiên Chúa và Ngài sẽ ban cho bạn những điều mà trái tim bạn ao ước.
17. "Hãy yêu Đức Mẹ và làm cho Đức Mẹ được yêu. Hãy lần chuỗi Mân Côi và lần luôn luôn và lần càng nhiều càng tốt".
18. Đừng quên những kẻ lìa xa bạn khi bạn cần họ giúp.
19. Cũng đừng quên những ai giúp bạn cách vui vẻ dù bạn chưa mở lời xin họ giúp.
20. Hôm nay là ngày hoàn hảo để sống vui, sống tốt.

Kim Hà dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 72: CUỘC SỐNG SUNG MÃN

1. Hãy coi chừng sự trợ trụ của một cuộc sống bận rộn. (Socrates)
2. Hãy ngừng đầu cao, để cái cằm thẳng lên và cứ tiếp tục cười bởi vì cuộc đời đẹp đẽ và có nhiều điều vui để mỉm cười.
3. Chỉ có hai cách thức để sống. Một là không có gì là phép lạ, hai là mọi sự đều là phép lạ. (Albert Einstein)
4. Nếu bạn làm những gì bạn cần thì bạn sẽ sống sót. Nếu bạn làm những gì mà bạn muốn thì bạn đang sống. (Unknown)
5. Hãy tự tin mà đi theo hướng đi của giấc mơ. Hãy sống cuộc đời mà bạn ao ước và tưởng tượng. (Henry David Thoreau)
6. Hãy chiến đấu với những tính xấu của bạn, hãy sống hòa bình với mọi người và hãy để mỗi năm mới đến thì bạn trở nên một người tốt hơn. (Benjamin Franklin)
7. Nếu bạn chán nản thì bạn đang sống trong quá khứ. Nếu bạn lo âu thì bạn đang sống trong tương lai. Nếu bạn sống bình an thì bạn đang sống trong hiện tại. (Lao Tzu)
8. Cuộc đời không phải là một vấn đề nan giải cần phải giải quyết nhưng là một thực tế để trải nghiệm. (Soren Kierkegaard)
9. Hãy bám vào cái đẹp của cuộc sống. Ngắm các vì sao, và nhìn thấy mình đang cũng chạy với các vì sao. (Marcus Aurelius)
10. Thời điểm tốt nhất để trồng một cây là 25 năm về trước. Thời điểm tốt thứ hai để trồng cây là hôm nay. (Unknown)

11. Đa số mọi người mất đi cơ hội vì nó đến giống như là công việc thường ngày. (Thomas A. Edison)
12. Chỉ để lại ngày mai những gì mà bạn muốn chết mà không hoàn tất. (Pablo Picasso)
13. Hãy tỏ ra rất tốt để họ không thể làm ngơ mà không chú ý đến bạn. (Steve Martin)
14. Mẹ tôi nói rằng cuộc sống giống như một hộp kẹo sô cô la. Bạn không biết điều gì xảy ra cho đến khi bạn nhận được. (Forrest Gump)
15. Cuộc sống là những gì xảy ra khi bạn bận rộn thi hành những kế hoạch. (John Lennon)
16. Những ai không xem xét cuộc sống thì không đáng sống. (Socrates)
17. Nếu bạn muốn sống một cuộc đời hạnh phúc thì hãy trói cuộc sống với một mục đích, chứ không trói với người nào hay vật nào khác. (Albert Einstein)
18. Hận thù làm tê liệt cuộc sống, tình yêu giải thoát cuộc sống.
19. Hận thù làm cuộc sống bối rối, tình yêu làm cuộc sống hòa nhịp.
20. Hận thù làm cho cuộc sống đen tối, tình yêu chiếu sáng cuộc sống. (Martin Luther King Jr.)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 73: ĐIỀU TÂM ĐẮC

1. Không phải ai nói thương bạn thì sẽ là người thương của bạn. Người thương bạn sẽ không nói nhiều về điều đó, họ sẽ luôn đến bên bạn khi cả thế giới quay lưng với bạn. Đó gọi là Người Thương.
2. Bạn có thể không ăn mặc đẹp, quần áo có thể rách rưới, không sao cả. Quan trọng là bạn đừng để cho "chiếc áo đạo đức" bị rách thì bạn đã đẹp hơn hàng vạn người rồi.
3. Thế gian này đều là Vô Thường, mọi chuyện gặp gỡ ở thế gian hay những vật dụng của thế gian cũng đều giả tạm bởi vì nó không ở mãi bên bạn lâu dài. Vì thế bạn đừng quá đau khổ khi mất đi thứ gì.
4. Đừng bao giờ lấy câu chuyện cá nhân người khác ra làm quà khi giao tiếp, bởi biết đâu một ngày nào đó bạn sẽ bị chủ nhân của câu chuyện đó tìm gặp.

5. Nếu bạn muốn là người tài giỏi thì trước hết nên học cách khiêm tốn, bạn thấy cây lúa càng nhiều hạt chắc thì nó càng cúi đầu xuống thấp?

6. Bạn có hai lần trong đời trắng tay, đó là khi bạn ra đời với hai bàn tay trắng và lìa đời trắng đôi bàn tay. Nếu bạn có tất cả trong tay mà vẫn thương tâm niệm: "Chúng không phải của mình." thì nhờ chúng mất đi bạn sẽ không quay quắt khổ đau.

7. Sống giữa đời, dù bạn tốt đẹp thế nào cũng không thể nhận được sự yêu thích của tất cả. Có người hâm mộ, sẽ có người ghét bỏ. Có ai đó ganh tị, ắt có kẻ chẳng coi bạn ra gì.

8. Cuộc sống là như thế, bạn không thể làm hài lòng hết thảy. Đừng vì để vừa lòng người khác mà đánh mất bản chất của mình, vì ai cũng có những nguyên tắc và sự tự tôn riêng. Bản thân con người chúng ta qua miệng người khác không phải là con người toàn diện, mà có rất nhiều phiên bản khác nhau, nên ta chỉ cần làm một bản chính tốt là được.

9 "Ngọc không dũa không sáng, người không bị gian nan thử thách cũng không trở nên toàn thiện được." (Khổng Tử)

10. Leon Tolstoi nói: "Hạnh phúc của ta là làm cho người khác được hạnh phúc".

11. Thế nên làm việc không cần người người đều thấu hiểu, chỉ cần dốc trọn tấm lòng.

12. Làm người, đừng mong cầu ai ai cũng yêu mến, chỉ cần thẳng thắn và rộng lượng.

13. Một đời người thật ra không dài lắm, dù sao mình cũng đã đến đây rồi, thì nên sống cho đẹp một chút vậy.

14. Đừng bao giờ khóc vì việc ấy chấm dứt mà hay cười vì nó đã xảy ra.

15. Chỉ có rất ít mối quan hệ trên đời này tồn tại mãi mãi.

16. Những lời nói tử tế có thể rất ngắn và rất dễ nói nhưng âm vang của chúng sẽ thật sự tồn tại vĩnh viễn.

17. Lẩn trốn một vấn đề rắc rối chỉ làm cho việc giải quyết vấn đề càng lù xa thêm mà thôi! Cách dễ nhất để thoát khỏi một vấn đề là tìm cách giải quyết nó.

18. Sự thật đáng ngạc nhiên về cái lưới của con người: Phải mất 3 năm mới biết được cách sử dụng nó, nhưng phải mất cả một đời người mới biết được ở đâu và khi nào thì mới nên sử dụng nó.

19. Không ai có thể làm tổn thương ta được nếu ta không cho phép họ.

20. Tâm trí sẽ được an bình không cần hao tổn gì cả nếu ta biết loại bỏ 3 điều này đi: (3 chữ C trong tiếng Anh: Criticizing: chỉ trích; Comparing: so sánh và Complaining: phàn nàn.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 74: GỬI HƯƠNG CHO GIÓ

1. Giữa lòng đại dương những phù phiếm và lẽ lạc này, tôi cảm thấy trong tâm hồn một khác khối muốn học biết cầu nguyện. Tôi đã tìm hỏi, tôi đã đọc sách, tôi đã giữ mình hết sức trước sự hiện diện của Thiên Chúa. Bằng đó việc đã đủ giúp tôi bắt đầu nhìn thấy một ánh sáng rạng ngời của Chúa chiếu sáng trên cái hư không của những sự thế gian, cái phù phiếm của cuộc đời, và vẻ đẹp của Thiên Chúa. (Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida)

2. Bởi người đời có:

- Ánh mắt giống nhau nhưng góc nhìn khác nhau.
- Miệng giống nhau nhưng mỗi người một cách nói.
- Trái tim cấu tạo tương đồng nhưng nhịp đập và rung động lại rất dị biệt.
- Tiền của giống nhau nhưng cách chi tiêu mỗi người một cách.

3. Cũng là con người nhưng mỗi cá nhân có một cách sống, cần tự tin bước đi trên đôi chân của mình.

4. Bạn thấy chẳng , đại bàng không có tiếng cổ vũ cũng tung cánh bay cao.
- Đám cỏ không cần người chăm sóc cũng biết tự vươn mình lớn lên.
 - Hoa dại trong núi sâu dù không ai thường thức vẫn tỏa hương thơm ngát.

5. BA QUY TẮC VÀNG

- Ai giúp ta. Ta đừng quên họ.
- Ai yêu thương ta. Ta đừng ghét họ.
- Ai tin tưởng ta. Ta đừng lừa gạt họ.

6. Lắm lúc, bạn cần đặt điện thoại xuống, Cầm cuốn Thánh Kinh lên và xin Chúa làm cho tâm trí bạn an bình.

7. Thiên Chúa sẽ tạo thành một lối đi nơi mà dường như không còn lối thoát.

8. Bình an không phải là sự thiếu vắng của nỗi khổ nhưng là vì có sự hiện diện của Thiên Chúa.

9. Cuối tháng 10 năm 1936. Khi ấy, Faustina đang thực hiện một cuộc tĩnh tâm kéo dài tám ngày bắt đầu từ ngày 20/10. Vào một ngày trong cuộc tĩnh tâm ấy, một thiên thần đã đến dẫn bà đi xem “hố sâu hóa ngục”. Faustina mô tả về nơi này trong nhật ký của mình, rằng nó giống như là một nơi “tra tấn không lồ”, “ngọn lửa đâm xuyên linh hồn nhưng không hủy diệt linh hồn – một nỗi đau khủng khiếp.” Hóa ngục đầy ắp bóng tối, nhưng dù có bóng tối, “ma quỷ và linh hồn của những kẻ bị đọa đầy vẫn nhìn thấy nhau, và tất cả đều thấy những điều ác, của kẻ khác và chính họ gây ra.”

10. Hãy xoá bỏ trong danh sách các người bạn nào làm cho ta đau khổ và thất vọng. Khi xoá tên họ đi thì cuộc sống ta sẽ tươi mát hơn.

11. Đừng bao giờ đọc những quyển sách mà bạn không biết rõ... cho dù xét trên phương diện văn chương, những quyển sách xấu xa ấy được viết rất hay. Tôi xin hỏi điều này: bạn có dám uống một thức gì đó mà bạn biết đã bị pha độc chỉ vì nó được đựng trong một chiếc tách bằng vàng hay không? (Thánh Gioan Bosco)

12. Thật đáng buồn cho linh hồn nào ước muốn lánh xa những sự hào nhoáng phù hoa nhưng lại hướng về thế gian để đón nhận những câu chuyện nhạt nhẽo. Thay vì biết đàm đạo với mình Thiên Chúa, họ mở mắt mà chỉ thấy toàn thế gian, chứ không phải những cảnh quang thiên đàng. (Thánh Gemma Galgani)

13. Khi nhìn vào tấm gương và không thấy khuôn mặt của mình, tự nhiên tôi thấy có một cảm giác nào đó trở dậy trong tôi; khi nhìn vào thế giới sống động nhộn nhịp này, và tôi không thấy hình ảnh của Đấng Tạo Thành nên nó. Phải chăng có một tiếng nói, nói rất rõ ràng trong lương tâm và tâm hồn tôi rằng: tôi là một kẻ vô thần... (Đấng đáng kính Hồng y John Henry Newman)

14. Tâm trí của con... phải đầy tràn tình yêu Thiên Chúa, và quên lãng bản thân con. Tình yêu phải đầy tràn sự chiêm niệm và niềm vui về mối phúc thật của Cha, cảm thương và buồn đau với những nỗi khổ của Cha... Nó phải là một tâm trí đầy tràn tình yêu đồng loại vì Cha, bởi vì Cha yêu thương mọi người như một hiền phụ yêu thương con cái. Nó phải đầy tràn niềm khát khao những của thiêng liêng và vật chất dành cho mọi người vì Cha. Nó phải là một tâm trí tự do, tĩnh lặng và bình an... Đừng để nó bị quấy động vì những thứ tầm thường. Hãy vứt bỏ những chuyện lật lọng và cố sống như trên cõi cao sang, không phải vì kiêu căng, nhưng vì tình yêu. (Đấng đáng kính Charles de Foucauld)

15. Mỗi lần tôi nghe nói về biên niên sử cũ kỹ của tình yêu, mang nỗi đau đớn lâu đời, qua câu chuyện cổ xưa kể về buồn vui tan hợp. Khi tôi nhìn miên man về quá khứ, em là quá khứ hiện ra trong cõi tận cùng. Em hãy

mặc vào ánh sáng của vì sao, cánh sao nhọn xuyên qua màn tối thời gian lấp lánh. Em trở thành hình ảnh nhớ nhung mãi mãi. (Tagore)

16. Người nhìn nhận ta thế nào hoàn toàn không chút quan hệ gì với ta. Ta muốn sống thế nào cũng không chút quan hệ gì với người.

17. Sĩ diện rớt cuộc “bao nhiêu tiền một cân?” Tại sao ta sao cứ phải để tâm đến cách nhìn của người khác?

18. Một ngày bạn sẽ hiểu ra rằng, thiện lương thật sự khó hơn thông minh rất nhiều. Bởi thông minh là một loại tư chất bẩm sinh, còn thiện lương lại là một sự lựa chọn.

19. Đừng nên vào lúc tâm trạng tồi tệ mà dùng những lời tuyệt tình dứt khoát, làm tổn thương người yêu thương mình.

20. Thánh Don Bosco đã nói với các con cái mình: “Đức Trinh nữ rất thánh, đáng mà chúng ta tôn vinh dưới tước hiệu Mẹ Phù hộ đã ra tay can thiệp để bảo vệ đức tin các tín hữu trong những thời điểm khó khăn nhất như tại vịnh Lepanto, tại Vienna, tại Savone hay tại Rôma. Xin Mẹ luôn là Mẹ của Giáo hội, là Mẹ của Tu hội chúng ta, là Đấng bảo trợ tất cả các công cuộc mà chúng ta thực hiện để phục vụ giới trẻ”.

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 75: HƯỞNG CUỘC SỐNG

1. Hãy tận hưởng cuộc sống, đừng lãng phí thời gian mà chờ đợi một ngày mới tốt hơn. (Marjorie Pay Hinckley)

2. Nỗi sợ chết đi theo nỗi sợ sống. Một người sống cuộc đời sung mãn thì luôn chuẩn bị chết bất cứ lúc nào. (Mark Twain)

3. Mục đích của cuộc đời là khuất phục những điều cao cả và cao cả nhất. (Rilke)

4. Khi tôi được 5 tuổi thì mẹ tôi luôn nói rằng hạnh phúc là chìa khoá của cuộc sống. Khi tôi đến trường, họ hỏi tôi muốn làm gì lúc tôi lớn lên. Tôi viết chữ: “Hạnh Phúc”. Họ bảo tôi rằng tôi không hiểu bài vở. Tôi bảo họ rằng họ không hiểu cuộc sống. (John Lennon)

5. Mục tiêu của cuộc sống con người là dù ai điều khiển cuộc sống thì vẫn cứ yêu thương những người ở chung quanh ta để rồi được yêu lại. (Kurt Vonnegut)

6. Điều chán nản thông thường nhất là không sống thật như là con người thật của mình. (Søren Kierkegaard)

7. Khi nào bạn làm một điều gì, dù chỉ một mình bạn biết, thì hãy tự hỏi bạn làm như thế nào nếu toàn thể giới nhìn vào bạn, rồi hãy hành động theo như thế. (THOMAS JEFFERSON)

8. Thời gian sống của bạn có giới hạn, vậy đừng phí thì giờ sống cuộc sống của người khác. (Steve Jobs)

9. Chìa khoá của cuộc sống bắt tử là đầu tiên hãy sống một cuộc đời đáng cho người khác nhớ. (Bruce Lee)

10. Cuộc sống thu gọn hay phát triển là do sự can đảm của một người. (Anais Nin)

11. Hãy sống hạnh phúc trong lúc này. Lúc này là cuộc sống của bạn. (Omar Khayyan)

12. Tôi khuyến khích bạn hãy chú ý khi bạn hạnh phúc, rồi hãy tự hỏi thăm hay suy nghĩ: ‘ Nếu điều này không tốt thì còn gì tốt nữa?’ (Kurt Vonnegut)

13. Cuộc đời là một chuỗi bài học mà người ta phải sống để hiểu được. (Ralph Waldo Emerson)

14. Cuộc sống ngắn ngủi. Hãy tha thứ nhanh chóng, ôm hôn chậm chậm. Yêu thật lòng. Cười thoải mái và không bao giờ tiếc những gì có thể làm bạn mỉm cười. (Mark Twain)

15. Yêu cuộc đời bạn sống và sống cuộc đời bạn yêu. (Bob Marley)

16. Con người thường không hợp lý, không biết điều và tự cao nhưng dù sao thì cứ yêu thương họ.
17. Nếu bạn làm điều tốt thì người ta sẽ tố cáo bạn là có động cơ ích kỷ nhưng xin cứ làm điều tốt.
18. Nếu bạn thành công thì bạn sẽ có những người bạn giả dối và những kẻ thù thật nhưng hãy cứ thành công.
19. Những điều lành bạn làm hôm nay sẽ bị người đời quên lãng ngày mai nhưng hãy cứ làm những điều lành.
20. Thành thật và thẳng thắn làm cho bạn trở nên dai dẳng nhưng cứ thành thật và thẳng thắn.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 76: THINH LẶNG VÀ CẦU NGUYỆN

1. Khi ta tìm một người bạn, đừng cố tìm một người hoàn hảo mà chỉ nên tìm cho được một tình bạn chân chính.
2. Hy vọng vào sự tốt lành nhất.
3. Lạy Chúa, Chúa chính là Gia Nghiệp đời con!
4. Hạnh Phúc đến với những cánh cửa mà bạn vô tình mở ra.
5. Một người có hạnh phúc thật là người có thể an hưởng mọi sự dù phải đi vào những con đường bị chặn lối và phải đi lòng vòng.
6. Tôi không cần gì ngoài một mình Thiên Chúa và được tan biến trong cõi lòng của Người. (Thánh Margaret Mary Alacoque)
7. Bạn cứ ở mãi trong tình trạng phàm tục, hời hợt, và chia trí... chỉ vì bạn là một kẻ nhát. Kẻ không dám đối diện với bản thân mình là gì, nếu không phải là một kẻ nhát? (Thánh José Escrivá)
8. Cầu nguyện chính là tác động. Không phải chỉ tác động trên một vài điều, nhưng là trên tất cả nhân loại. Cầu nguyện là xin Thiên Chúa và nhờ Thiên Chúa xin cho toàn thể vũ trụ. (HÔNG Y SALIEGE)
9. Cầu nguyện cho tha nhân là gắn bó với Thiên Chúa và với tha nhân cùng một lúc; là thể hiện sự quân bình trọn hảo giữa hai tình yêu ấy. (GUSTAVE THIBON)
10. Cầu nguyện chưa đủ; thế gian được cứu độ không phải do sự rao giảng 8 mối phúc thật, nhưng nhờ thập giá, sự trần trụi, sự bất lực và sự chết. (J. MONCHANIN)
11. Cầu nguyện không phải là xin thay đổi thánh ý Chúa, nhưng là để thực hiện điều Ngài muốn qua cầu nguyện: Thiên Chúa của Đức Kitô chờ đợi sự hợp tác của dân người để hoàn tất điều Ngài muốn qua tình yêu. (J. F. SIX)
12. Cầu nguyện là buông mình để Thiên Chúa hành động, đồng thời lắng nghe để học cách làm công tác của Chúa. (M. Delbrel)
13. Chỉ có lời cầu nguyện mới làm ta sáng suốt và can đảm... Chỉ sự thinh lặng của cầu nguyện mới có thể nâng đỡ người Kitô hữu trước những bất hạnh và đau khổ, bởi sự cảm dỗ của tuyệt vọng. (PAUL BOSSE PLATIERE)
14. Nếu bạn thấy đêm nay khó ngủ. Cứ nghĩ đến những kẻ không nhà chẳng nệm ấm chăn êm.
15. Nếu bạn gặp một ngày tồi tệ nơi làm việc. Hãy nghĩ đến những người đã mấy tháng nay không tìm được việc làm.
16. Nếu bạn chán nản vì mối quan hệ xấu đi. Hãy nghĩ tới những kẻ không bao giờ biết hương vị của thương yêu và được người yêu thương lại.
17. Nếu bạn buồn phiền vì thêm một cuối tuần vô vị trôi qua. Hãy nghĩ tới những người phụ nữ quần bách, quần quật cả ngày, suốt tuần không nghĩ, chỉ mong kiếm được chút tiền còm nuôi mấy miệng ăn.
18. Nếu bạn hồng xe dọc đường, phải cuốc bộ vài dặm mới tìm ra được người giúp đỡ. Hãy nghĩ tới những ai liệt cả đôi chân,

luôn khao khát được bước đi như bạn.

19. Nếu bạn cảm thấy đời mình bị mất mát và băn khoăn về ý nghĩa kiếp người. Xin bạn hãy biết ơn cuộc sống vì có nhiều người đã không được sống hết tuổi trẻ của mình để có những trải nghiệm như bạn.

20. Nếu bạn cảm thấy mình là nạn nhân của những ai hay cay nghiệt, dốt nát, nhỏ nhen, nghi kỵ. Hãy nhớ rằng việc đời có khi còn tệ hại hơn thế rất nhiều.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 77: TÍN THÁC

1. Rồi bạn sẽ có ngày hiểu ra, hạnh phúc tại tâm, mới chính là thứ mà bao nhiêu của cải vật chất cũng không thể tạo ra được. Hiểu ra được những điều này, biết hài lòng với cuộc sống thì sẽ bình yên cả thôi

2. Nếu bạn quyết định chuyển những lời này đến một người mà bạn yêu mến thì có thể bạn đang giúp cho ai đó có một ngày thanh thản nhẹ nhàng.

3. Nếu có gặp chuyện không may, hãy dành ra một phút để suy nghĩ xem có bao nhiêu người còn khổ hơn bạn nữa. Và hãy cảm ơn cuộc sống, bởi chính nó đã đưa bạn đến thế giới tươi đẹp này.

4. Cầu nguyện, làm chứng, rao giảng. Làm tông đồ không cầu nguyện là tự hủy hoại. Làm chứng nhân không rao giảng thì chưa làm tròn phận vụ của mình.

5. Lo âu là cuộc nói chuyện bạn chính mình về những điều mà bạn không thể thay đổi được. Cầu nguyện là cuộc nói chuyện giữa bạn và Chúa về những điều mà Ngài có thể thay đổi được.

6. Khi vui, ngợi khen Chúa. Khi gặp khó khăn, tìm kiếm Chúa. Phút giây tĩnh lặng, thờ phượng Chúa. Lúc đau đớn, tín thác nơi Chúa. Mọi giây phút, cảm tạ Chúa.

7. Đòi người ngăn ngui, đáng quý thì nên gìn giữ, cần bỏ đi thì hãy buông tay.

8. Cuộc sống như con sông bất tận, chảy mãi không ngừng, mà hạnh phúc cũng như dòng nước, chọt đến lại chọt đi. Trên hành trình ấy, có bao nhiêu người biết làm chủ bản thân và làm chủ hạnh phúc của chính mình?

9. Khi bạn không thể đi xa hơn nữa, Chúa sẽ cõng bạn.

10. Đừng bao giờ bỏ việc cầu nguyện. Lắm khi Chúa đáp lời cầu nguyện một cách bất ngờ. Amen

11. Hãy đặt Chúa lên trên hết và bạn sẽ không bao giờ là người cuối cả.

12. Tôi không bao giờ mệt mỗi khi cảm tạ Chúa vì Chúa không bao giờ mệt khi đánh thức tôi mỗi ngày.

13. Ta để lại ánh sáng cho con. (Thiên Chúa)

14. Khi lời cầu nguyện trở nên thói quen của bạn thì các phép lạ trở nên lối sống của bạn.

15. Tình Yêu: Hãy làm những gì khiến bạn vui vẻ. Hãy ở gần ai làm cho bạn cười. Hãy cười lớn và cười nhiều như lúc bạn thờ. Hãy yêu thương dài lâu như cuộc sống của bạn.

16. "Có biết bao người ngoài đường không cơm ăn áo mặc mà tôi lại ăn mặc sung sướng để làm gì. Tiết kiệm một đồng làm những việc có ích chẳng hay hơn sao?"

17. Thiên Chúa khi đem mình vào đời, có hỏi ý kiến mình đâu, nên chắc chắn là khi Ngài gọi mình đi, cũng chẳng cần thông báo trước. Chúng ta cứ thong thả sống từng ngày, khi nào chết thì chết, mặt trời mọc rồi mặt trời lặn, bông hoa nở rồi bông hoa tàn, thế thôi.

18. Những ai thành công lớn thường đã mang theo quan điểm sống rộng lượng vị tha từ những kinh nghiệm trước. Bây giờ họ thành công và lập lại hành vi từ thiện.

19. Bởi vậy, muốn thành công lớn, hãy lo sống đạo đức, vị tha, nhân ái trước đã. Thành công sẽ đến với bạn.

20. Quốc gia nào có "chứa đựng" nhiều công dân với trái tim vị tha thì quốc gia đó sẽ phát triển giàu mạnh.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 78: NHẪN NHỊN

1. "Giờ chân đạp mũi nhọn thì khốn cho người." (Cv 9, 5).

2. Ngạn ngữ Anh có câu: "Nhượng bộ không phải là hạ mình; nhận lỗi không phải là nhục nhã".

3. "Người trao có nửa nụ cười, mà ta phải mất cả đời để quên!"

4. Bạn yêu không phải là người bạn mà bạn biết lâu năm nhất. Bạn yêu là người xuất hiện trong lúc ta gặp khó khăn và nói với ta rằng: "Tôi đến với bạn lúc bạn cần sự giúp đỡ nhất." Trong cuộc đời ta, có bao nhiêu người bạn tốt ấy?

5. "Hãy nhường cho chồng (vợ) của bạn thắng trong cuộc tranh cãi, nếu cần có người thắng."

6. Thánh Phao-lô đã nhắc nhở trong thư 1Cor:

"Lòng mến thì nhẫn nhục, hiền hậu, không ghen tương, không vênh vang, không tự đắc, không làm điều bất chính, không tìm tư lợi, không nóng giận, không nuôi hận thù, không mừng khi thấy sự gian ác, nhưng vui khi thấy điều chân thật. Lòng mến tha thứ tất cả, tin tưởng tất cả, chịu đựng tất cả..." (x. 1Cor 13, 4-7).

7. "Yêu nhau trăm sự chẳng nề, một trăm chỗ lệch cũng kê cho bằng".

8. Hãy học cách nhượng bộ nhau, học im lặng để lắng nghe bạn đời mình, học chia sẻ để chứng tỏ sự quan tâm của mình, học tha thứ để hàn gắn những rạn nứt trong mối quan hệ, học quảng đại để biết cho đi nhiều hơn là nhận lại. (LM Aug. Trần Cao Khải)

9. "Thánh Thể vừa là một thực tại, vừa là một dấu chỉ cho những người Công Giáo thành công. Không có Thánh Thể trong đời, họ sẽ cảm thấy nghèo nàn, cô đơn, và trống rỗng."

10. Đừng để xã hội dạy cho các bạn cách sống như thế nào là hợp lý. Đừng để môi trường bắt các em phải làm gì.

11. Hạnh phúc thực sự không phải là phục vụ cho chính bạn. Tôi vẫn nghĩ như thế nhưng tôi đã lầm. Hạnh phúc thật sự không có được khi chỉ sống cho mình.

12. Đừng bắt chước cuộc sống giàu sang ảo tưởng. Tôi phải trải qua cuộc sống đau thương này.

13. Tôi phải cảm ơn Thiên Chúa cho tôi cơ hội vì tôi đã trải qua 3 lần tai nạn xe cộ. Tôi luôn lái xe rất nhanh, nhưng sau mỗi tai nạn xe cộ tôi đều sống sót. Cảm ơn Thiên Chúa lần nữa.

14. Hãy sống và yêu thương người khác, chứ đừng chỉ yêu chính bản thân mình. Không gì sai lầm khi bạn giàu vì Thiên Chúa đã ban cho bạn cái ân sủng ấy. Rất nhiều người được hưởng giàu sang, phú quý nhưng họ không biết giữ gìn nó. Càng giàu thì người ta mong được giàu hơn.

15. Chúng ta có những người trong ngành nghề chuyên môn. Khi ra trường các bạn sẽ hái ra rất nhiều tiền và bằng đồng tiền của bệnh nhân. Đừng quên rằng một ngày nào đó nó sẽ không thuộc hẳn về bạn nữa.

16. Có ít cảm xúc tiêu cực hơn, bạn sẽ thấy cuộc sống của bạn tốt đẹp hơn.

17. Những gì mà kẻ thù ăn cắp, Chúa sẽ ban lại cho bạn. Đó là sức khỏe, tài chánh, giấc ngủ và niềm vui. Chúa là Đấng Vĩ Đại luôn vẫn hồi mọi sự.

18. Đừng chấm dứt niềm vui khi bạn về già, bạn sẽ trở nên già cỗi khi bạn ngừng có niềm vui!

19. Những gì mà kẻ thù ăn cắp thì Chúa sẽ ban lại cho bạn. Đó là sức khỏe, tài chánh, giấc ngủ và niềm vui. Chúa là Đấng Vĩ Đại luôn vẫn hồi mọi sự.

20. Tình Yêu Thiên Chúa tác động trong đường lối huyền nhiệm. Đừng bao giờ bỏ cuộc nhé.

Kim Hà sưu tầm, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 79: CẦU NGUYỆN

1. LỜI NGUYỆN THÁNH AUGUSTINO;

Lạy Chúa, Chúa biết con, xin cho con biết Chúa; xin cho con biết Chúa như con được Chúa biết. Lạy Chúa là sức mạnh tâm hồn con, xin ngự vào và uốn nắn tâm hồn con cho hợp với Chúa, để nó thành sở hữu của Chúa, không còn một vết nhơ hay nếp nhăn nào. Đó là niềm hy vọng của con và cũng là lý do để con thốt ra những lời này. Niềm hy vọng ấy làm cho con vui một niềm vui lành mạnh. Về mọi sự khác trên đời này, những gì càng được khóc thương bao nhiêu thì càng ít đáng được khóc thương bấy nhiêu, và những gì càng ít được khóc thương, thì lại càng đáng được khóc thương hơn bấy nhiêu. Nhưng Chúa, Chúa quý sự thật, vì ai làm theo sự thật thì đến cùng ánh sáng. Con muốn làm theo sự thật bằng cách tuyên xưng trong tâm hồn con trước nhan thánh Chúa, và trong sách này trước mặt nhiều chứng nhân. (St Augustine)

2. LỜI NGUYỆN DÂNG NGÀY MỚI

Lạy Chúa, con biết rằng con không hoàn hảo. Con biết có những lần con quên không cầu nguyện. Con biết con thắc mắc về đức tin của con. Con biết có lúc con mất bình tĩnh nhưng con cảm tạ Chúa luôn thương yêu con một cách vô điều kiện. Chúa luôn ban cho con một ngày mới để bắt đầu làm lại từ đầu. Amen.

Trong Danh Thánh Chúa Giê su Kito, con sẽ bắt đầu hôm nay. Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa đã giữ gìn con trong đêm qua. Con sẽ cố gắng làm mọi sự tốt lành để làm vui lòng Chúa và tuân theo Thánh Ý Ngài. Lạy Mẹ Maria thương yêu, xin Mẹ giữ gìn con hôm nay. Lạy Thiên Thần bảo mệnh của con, xin chăm sóc con. Lạy Thánh Giuse và toàn thể các Thánh của Thiên Chúa, xin cầu bầu cho con. Lạy Chúa Giê su, qua Mẫu Tâm Vô Nhiễm Mẹ Maria, con xin dâng lên Chúa những lời cầu nguyện của con, những việc làm, những niềm vui và nỗi đau khổ của con trong ngày hôm nay để tuân theo các Ý Chỉ của Thánh Tâm Chúa Giêsu. Amen. (Fr. Corapi)

3. LỜI NGUYỆN XIN CHÚA HIỆN DIỆN

Lạy Chúa, trong mỗi giây phút của cuộc sống con, Chúa luôn hiện diện với lòng

trắc ẩn dịu dàng. Xin Chúa giúp con luôn hiện diện với anh chị con để sự có mặt của con sẽ là sức mạnh chữa lành vết thương của thời gian và đem hi vọng cho tất cả mọi người, qua Chúa Giêsu là Đấng đầy lòng trắc ẩn. Amen.

4. TẠ ƠN CHÚA

Lạy Chúa, chúng con xin cúi đầu tạ ơn Chúa. Chúng con tri ân và ngợi khen tình yêu của Chúa. Chúng con cảm tạ Chúa về mọi sự Chúa làm, đặc biệt là Chúa ban Đấng Cứu Thế là Chúa Giêsu để cứu độ chúng con.

Chúa ban cho chúng con thiên nhiên tuyệt đẹp, chúng con xin chúc tụng vinh quang của Chúa! Chúng con cảm tạ Chúa thương ban cho chúng con bạn hữu và gia đình, Chúa ban cho chúng con có niềm vui và sức khỏe, cho chúng con lương thực hàng ngày, cho chúng con có mái nhà để trú ngụ.

Chúa ban buổi tối để chúng con nghỉ ngơi sau ngày dài mệt mỏi. Chúa ban bình minh để chúng con vui hưởng ánh sáng của ngày mới. Chúa ban lòng thương xót, sự chăm sóc và các ơn lành cho chúng con. Vì thế chúng con kính dâng lên Chúa lời ngợi khen và cảm tạ. Chúng con xin hứa sẽ trung thành theo Chúa trong suốt cuộc đời chúng con. Amen.

5. XIN CHÚA BẢO VỆ

Lạy Chúa Giê su Kito, con đặt mình dưới chân cây thánh giá Chúa. Con xin Chúa che chở con với Máu Cực Châu Báu Chúa. Đó là Máu đã chảy ra từ Thánh Tâm Chúa và từ những Vết Thương Thánh của Ngài. Lạy Chúa Giê su, xin thanh tẩy con trong Nước Hằng Sống tuôn trào từ Thánh Tâm Chúa. Lạy Chúa Giê su xin bao bọc con với Ánh Sáng Thần Linh của Chúa. Amen.

6. CẦU XIN MẸ MARIA

Lạy Mẹ Maria!

Quan tâm người khác là điều quý, bởi việc làm này tạo hiệp thông,

Nâng đỡ cùng nhau thăng tiến sống Mẹ là gương mẫu cho con học.

Xin Mẹ cùng con sánh bước đi, tạo tình thông hiệp chan hòa vui,

Bước đi hân hoan trong tình mến, miệng hát tạ ơn lòng ngất ngây. Amen.

7. Dù trong một tu viện gần hay ở một nơi ẩn tu xa, không nơi nào mà con tránh được cám dỗ hay sự khó khăn vì chúng theo con đến. Người ta thường cố gắng trốn chạy sự cám dỗ, nhưng chỉ tìm thấy chúng sâu đậm hơn lúc nào hết. Con không thể thắng trận bằng cách đơn giản là chạy trốn. Con cần phải kiên nhẫn và khiêm nhường nếu như con muốn chiến thắng tất cả các kẻ thù của con. (Thomas a Kempis)

8. Có thể bạn đã nghe các linh mục hay các tín hữu Công giáo nói như thế này:

"Nếu người ta biết những gì xảy ra trong Thánh Lễ thì họ sẽ đến dự Thánh Lễ. "

Còn LM Mike nói một cách thực tế và đánh động con tim người nghe:

"Trọng tâm của việc thờ phượng là hy sinh, là hy lễ chứ không phải là việc giải trí của chúng ta. Thánh Lễ không bao giờ là về chúng ta, mà là về Thiên Chúa và những gì Ngài đòi hỏi chúng ta."

9. Giáo Hội thiết lập lễ kính Đức Mẹ hiện ra tại Fatima để ghi nhớ các lần Mẹ hiện ra, nhưng cũng để ghi nhớ một biến cố thâm cảm của Triều Hoàng của Đức GH John Paul II (Karol Wojtyla). Ngài là vị Giáo hoàng đã nhận khẩu hiệu "Totus Tuus" (tất cả cho Mẹ), mang một ý nghĩa rất sâu xa, bởi vì ngày 13/05 không phải chỉ để nhớ lại biến cố tôn giáo: là việc hiện ra tại Fatima, nhưng còn kính nhớ tất cả một thế kỷ đầy đau khổ của thế giới và của Giáo hội: hai đại chiến thế giới, chủ nghĩa cộng sản vô thần và cuộc bách hại Giáo hội.

10. Năm 1982, khi loan báo ý định về năm thánh cứu độ, Đức Thánh Cha JP II nói:

"Mẹ là đỉnh cao của ơn cứu độ; Mẹ gắn liền vào công cuộc cứu độ một cách bất khả phân ly, bởi vì Mẹ là Mẹ của Đấng Cứu Thế và là hoa trái cao quý nhất của ơn cứu chuộc. Thật vậy, Mẹ là người đầu tiên được cứu vớt bởi chính công nghiệp của Đức Kitô là con Thiên Chúa và là con của Mẹ..." (Lm Nguyễn Hồng Giáo, OFM)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 80: TRÁI TIM

1. "...Nhưng nhìn thấu vào Mầu Nhiệm Ba Ngôi trong họ. Đó mới là Sự Thật lớn lao sâu xa, nhiệm mầu mà mỗi người cư mang. Càng "giữ" Lời, thì con người càng trở nên vô biên vô tận hơn đất hơn trời, vượt lên mọi vui buồn sướng khổ, vượt lên cả sống và chết. Mỗi con người, ra như hư không, mà cũng vô cùng bao la...(LM Đặng San)
2. Chạy quá lâu sẽ mệt, Đứng quá lâu sẽ mỏi. Vấp quá nhiều sẽ đau. Đợi quá lâu sẽ chán. Vì thế: Đừng chạy theo những gì không thuộc về mình. Đừng đứng đợi những gì mà mình không thấy trước mắt. Vấp ngã phải biết tự đứng dậy. Và đừng chờ đợi những gì không bao giờ đến.
3. Chúng ta không cần một người ngủ chung, mà chúng ta cần một người thức cùng. Chúng ta không cần một người nói cùng, mà chúng ta cần một người lắng nghe. Chúng ta không cần một người ăn chung, mà chúng ta cần một người nấu cùng. Chúng ta không cần một người bước cùng, mà chúng ta cần một người đi theo đằng sau.
4. Có khi người có trái tim lớn lại là người chịu khó làm những việc rất nhỏ như nhặt một cọng rác, nhường một chỗ ngồi, hay khuyên một điều hay...
5. Những việc nhỏ sẽ tích lũy dần để tạo ra những con người lớn lao. Có người đã nhặt lại hộp cơm của người khác vất bỏ để ăn, và khuyên các đồng nghiệp đừng phí phạm thức ăn. Việc rất nhỏ nhưng cần trái tim rất lớn.
6. Nhiều người mới giàu thì cố gắng xài sang sẽ phải suy nghĩ lại..
7. Có nhiều tấm gương hiến đất làm đường, hiến đất làm trường học, hiến đất làm bệnh viện. Điều này rất cảm động.
8. Ta cũng buồn khi đi qua một đoạn đường thấy các căn nhà cố tình xây lán chiếm lề đường vãi tấc, rất ích kỷ nhỏ mọn. Lán một ít đường cũng sẽ thành một tội báo lớn về sau.
9. Thế giới này vẫn còn nhiều điều dễ thương khi vẫn còn có những con người hào hiệp nhân ái.
10. Tình phụ tử là một ơn gọi trong các ơn gọi phụng sự Chúa. Vì thế, hỏi các người cha, hãy trân trọng và quyết tâm làm tròn ơn gọi làm người cha. (LM Lawrence G. Lovasik)
11. "Hãy bỏ mọi sự để phục vụ Thiên Chúa nơi những người nghèo nhất trong những người nghèo."
12. Đặc sủng của Dòng Mẹ Teresa Calcutta là: "Làm dịu cơn khát vô hạn của Chúa Giêsu vì tình yêu mến và vì các linh hồn bằng việc cứu giúp và thánh hóa những người nghèo nhất giữa những người nghèo."
13. Lạy Chúa, xin ôm ấp tất cả những ai đang đau khổ và đau đớn hôm nay. Xin Chúa chiếu soi Ánh Sáng Tình Yêu để chữa lành, an ủi và bảo vệ chúng con. Amen.
14. Tình thương gia đình và tình thân vô cùng quan trọng vì giúp mọi người cảm nhận được tình yêu và sự ấm áp. Thế giới vô cùng rộng lớn nhưng không chứa đựng được một tiếng gọi. Gia đình vô cùng nhỏ bé nhưng đối với đứa trẻ thì đó là cả một thế giới.
15. Hãy tập ôm hôn người thân của mình hàng ngày vì cử chỉ này có thể chữa lành tâm hồn và thể xác.
16. Khi ôm hôn thì hai trái tim có thể đụng chạm nhau và ta có thể nghe được nhịp đập trái tim nhau. Đó là cách bày tỏ tình cảm có quyền năng chữa lành. Người Âu Mỹ luôn ôm hôn nhưng người Á Đông lại ngại ngùng.
17. Cả thế giới vui mừng vì cuộc đời sáng ngời của Mẹ Teresa luôn hướng về người nghèo. Nơi từng con người nghèo khổ, Mẹ thấy Thiên Chúa hiện diện ở đó. Từ kinh nghiệm tuyệt vời ấy, Mẹ dành cả đời cho những số phận bần cùng nhất của xã hội.

18. Bất cứ nơi nào, xứ nào, gia đình nào, người nào có lòng tôn kính Đức Mẹ đặc biệt thì nơi đó rất sầm uất và đạo đức.

19. Hình ảnh của người mẹ luôn là biểu tượng cho sự phong nhiêu, phú túc. Trong Kinh Dịch: quẻ Càn (vi Thiên), quẻ Khôn (vi Địa); quẻ Khôn luôn ứng với người Mẹ, lòng của người mẹ như mặt đất, luôn gần gũi, mở ra ôm ấp tất cả, ngay cả những cái tầm thường hay cái nhơ bần nhất trong cuộc đời; Nhưng tất cả sự sống đều phát sinh trên mặt đất: "Vô danh thiên địa chi thủy, hữu danh vật chi mẫu" (Đạo Đức Kinh-Lão Tử).

20. Trên mặt đất này thử hỏi có một ngày nào không có người mẹ, vắng bóng người mẹ, thì thế giới này thì sẽ ra sao? (Barnaba M.Nguyễn Văn Phú, CRM)

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 81: DIU DÀNG

1. Đừng nhặt những gì đã vỡ, để rồi đứt tay.
2. Đừng nắm những gì đang bay để rồi vụt mất.
3. Đừng tìm lại những gì đã mất để rồi lại đau.
4. Đừng nhìn lại phía sau để thấy mình cô quạnh.
5. Đừng ngược nhìn trời xanh mà thấy mình bé nhỏ.
6. Đừng để bị ngã đau mà không biết đứng lên.
7. "Phải có đời đời để dọn mình,
Phải có đời đời để tạ ơn,
vì dâng một Thánh Lễ."
8. Lúc sung sướng, ngợi khen Chúa. Lúc khó khăn, tìm kiếm Chúa. Lúc thịnh lặng, thờ phượng Chúa. Trong mọi giây phút, cảm tạ Chúa.
9. Chúa sẽ vẫn hỏi những gì đã mất.
10. Lay Chúa, từ tận cùng của trái tim con, con cảm tạ Chúa vì Ngài thương yêu con, tha thứ cho con, chữa lành con và không bao giờ rời xa con. Amen.
11. Khi nhìn lại đời mình, tôi thấy đau khổ, lỗi lầm và đau đớn trong trái tim. Khi nhìn vào tấm gương soi, tôi thấy sức mạnh, học được nhiều bài học và tôi cảm thấy hãnh diện về chính mình.
12. Thì giờ dành cho gia đình là những giờ xứng đáng từng giây phút.
13. Cho dù bạn cảm thấy mình cô độc, Chúa luôn ở gần bạn dù bạn chỉ cầu nguyện một lời thôi.
14. Lay Chúa Giêsu, xin giúp con biết xin vâng với Chúa. Xin vâng với sự tha thứ của Chúa. Xin vâng để tìm Chúa trước. Xin vâng để khiêm cung và nhận lời chỉ bảo của Ngài. Xin vâng theo đường lối của Chúa trong cuộc đời con. Amen.
15. Những ai luôn cố gắng có mặt để chia sẻ với những người khác thì thường biết ý nghĩa của sự cô đơn khi bên mình không hề có ai và không có gì.
16. Khi tàu lửa đi qua một đường hầm thì sẽ tối đen, bạn không thể rút vé tàu mà nhảy xuống. Bạn ngồi yên và tin vào tài lái của ông tài xế." (Corrie Ten Boom)
17. Những khi bạn cảm thấy buồn sầu và tối ám, bạn có tin thác nơi Chúa không?

18. Nhẹ nhàng là một điệu âm. Chính là tử tế với nhau nhẹ nhàng.
Nói làm chánh niệm với nhau. Tình thương trí tuệ với nhau nhẹ nhàng.
Nhu hoà với cả lá hoa, Cùng về miền Sáng an lành khoẻ vui.
Mím cười pháp lạc khang an, tặng nhau một đoá hoa sen trong hồn.

19. Hãy luôn mím cười ngay cả khi lòng cảm thấy cô đơn, tuyệt vọng và chán nản.

20. Lạy Chúa Giêsu,
Xin Chúa cho chúng con biết đưa tình yêu vào cuộc sống,
để mỗi giây phút sống của chúng con đều cảm nhận được niềm hạnh phúc yêu thương.

Xin Chúa cho chúng con biết đưa cuộc sống vào tình yêu,
để từng giây phút yêu, chúng con đều làm cho cuộc sống thêm giá trị.

Xin Chúa cho chúng con biết hòa nhập cả hai nên một,
để chúng con sống là yêu, và yêu là sống,
vì chúng con hiểu được rằng Thiên Chúa Hằng Sống cũng chính là Thiên Chúa Tình Yêu. Amen

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 82: TỰ CHỦ

1. Nổi giận là bản năng, không chế cảm xúc là bản lĩnh.
2. Hai năm học nói, cả đời học im lặng.
3. Nếu bạn không làm chủ được cảm xúc của mình, bạn sẽ trở thành nô lệ của cảm xúc.
4. Bố mẹ bạn đã từng dạy bạn từ cách cầm thìa, nên đừng nổi cáu với họ khi họ không biết sử dụng điện thoại di động.
5. Tất cả những cảm xúc của con người đều là sự phẫn nộ dành cho sự bất lực của bản thân.
6. Nếu bạn đúng, bạn không cần phải nổi giận. Nếu bạn sai, bạn không có tư cách nổi giận.
7. Đừng để những cảm xúc tiêu cực hiển hiện trên khuôn mặt, vì đó là một loại biểu tình khiến người khác chán ghét.
8. Sai lầm lớn nhất của chúng ta chính là lưu lại tất cả những tật xấu, những cảm xúc tiêu cực nhất cho những người thân yêu.
9. Nếu ngay cả cảm xúc của bản thân mà còn không khống chế được thì dù cho bạn cả thế giới, sớm hay muộn bạn cũng sẽ phá hủy tất cả.
10. Tính tốt là do cọ xát nhiều mà thành, tính xấu là do bị được yêu chiều mà ra. Người sửa được tính cách của bạn là người bạn yêu, người chịu được tính cách của bạn là người yêu bạn.
11. Bạn có thể sẽ không bao giờ biết được những lúc không khống chế được tâm trạng, bạn đã nói ra những lời nói làm tổn thương người khác nhiều như thế nào.
12. Vấn đề có thể mang đến rất nhiều cảm xúc, nhưng cảm xúc cũng không giải quyết được vấn đề.
13. Bạn sẽ không biết được một lời buột miệng lúc nóng giận có thể tổn thương người khác như thế nào, kể cả đó là những người thân thiết nhất.
14. Càng trưởng thành càng phải học được cách bao dung, học được cách khống chế cảm xúc.

15. Sống trên đời chỉ cần một chữ “Nhân”. Hồi bé cần nhịn đi chơi, cố gắng học hành. Lớn rồi nhịn thói lười biếng, cố gắng làm việc. Con gái nhịn ăn để giữ dáng. Con trai nhịn ham muốn, không để biến thành dung tục. Những người ngay cả cảm xúc của bản thân còn không khống chế được, thì làm sao mà khống chế được cuộc đời mình.

16. Cái gì cũng nói ra, cái gì cũng bộc phát hết không phải là thẳng tính mà là thiếu tế nhị.

17. Chúng ta không biết ngày mai sẽ ra sao, sẽ mang lại những gì. Chúng ta chỉ biết hôm nay thôi. Vậy đừng giận dữ dai dẳng. Học tha thứ. Yêu với trọn trái tim. Hãy vui hưởng niềm vui hiện tại. Sống cuộc đời mà bạn ao ước. Đừng lo lắng về những ai không thích bạn. Hãy tận hưởng ngày vui với những ai yêu mến bạn.

18. Dù chỉ 1 ngày là linh mục của Chúa, cũng là hạnh phúc trong suốt đời con.

19. Chúng ta hãy cầu nguyện cho các vị linh mục của mình. Xin Chúa cho các linh mục hiểu sứ mệnh của các ngài và trở nên các Thừa Tác Viên xứng đáng của Chúa Giê su. Amen.

20. Lạy Chúa Giêsu, thân phận con là loài hình hài thể xác, luôn bị hấp dẫn bởi hình danh sắc tướng màu mè cụ thể trước mắt. Khi xa mặt, dễ cách lòng, xin nâng đỡ phận hèn mệnh bạc của con, để con tận tình giữ lời Chúa. Xin Lời Chúa sẽ soi sáng con yêu mến Chúa và gắn bó với Chúa luôn mãi. (Lm. Giuse Vũ Khắc Nghiêm)

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 83: AN NHIÊN

1. Suy nghĩ nhiều, cũng vô ích.

- Lo lắng quá, cũng vô ích.

- Phiền não quá, cũng vô ích.

2. Bằng lòng với thời gian hiện có.

- Bằng lòng với hoàn cảnh hiện tại.

- Bằng lòng với khó khăn hiện hữu.

- Bằng lòng với vô định tương lai.

3. Sống phải để cho bản thân nhận thức được mình đang sống.

4. Ăn tập trung ăn. Làm tập trung làm. Phàm là việc gì cũng vậy, không sao nhãng, mất tập trung vì một công việc khác.

5. Chấp nhận thực tại dù sóng gió hay an tĩnh, như một lẽ hiển nhiên.

6. Bình yên tại tâm người, dù đứng trước mưa giông, chỉ cần người yêu của mình thích, thì ngay cả giông tố cũng trở thành tuyệt cảnh.

7. Nói chuyện không cần khoa trương màu mè, phải thực tâm nhưng cũng phải khéo léo, càng ít làm tổn thương người khác thì càng tốt.

8. Không làm tổn thương người, tự nhiên sẽ có cho mình niềm an vui mà thôi.

9. Tâm hạnh phúc nhất là tâm được vun bồi bởi niềm vui người khác. Thời gian sẽ là minh chứng cho tất cả những điều này.

10. Chỉ trong một sớm một chiều không thể giúp một con người rèn tập được một cách toàn vẹn tất cả những điều này. Việc khó nhất của một con người để có được cuộc sống an trường là học cách **BẰNG LÒNG** và **CHẤP NHẬN**.

11. Biết rằng nói khó hơn làm trăm ngàn lần có, tuy nhiên, nói để mà ghi nhớ, để mà cố gắng làm. Phải nắm lý thuyết trước, rồi mới thực hành nó được. Phải có kế hoạch trước, mới biết ta phải làm mọi việc thế nào.

12. Tôi của bây giờ là như vậy, nhưng tôi cũng chỉ là người đang luyện tập và tôi chưa hoàn hảo. Tôi cũng chỉ là một người theo thời gian đang rèn luyện cho mình cách bằng lòng cùng mọi thứ, để tìm sự bình thản mà thôi.

13. Không có an nhiên nào tự dung mà có được, an nhiên của mỗi người do chính mỗi người tạo lấy. Tôi chúc bạn bình yên.

14. Dựa vào núi, núi sẽ đổ,
Dựa vào sông, nước sẽ chảy.
Dựa vào người, người cũng đi,
Sống trên cõi đời để tồn tại chỉ có thể,
Phải dựa vào chính bản thân mình.

15. Chúa là lý do chính tại sao mà tôi còn mạnh mẽ cho đến hôm nay.

16. Không có cơn mưa thì cây cỏ hoa lá không phát triển,
Hãy học để gắn bó với các cơn bão trong cuộc đời bạn.

17. Sau mỗi thời điểm đen tối, bạn sẽ trở nên mạnh mẽ hơn trước. Hãy học đón nhận những gì đã và đang xảy ra đến.

18. Nếu tôi mất tất cả mà tôi vẫn còn Chúa. chừng đó đủ để tôi làm lại từ đầu.

19. Ở trong mỗi người già là một con người trẻ hơn đang thắc mắc không biết chuyện quái đản gì đang xảy ra đây?

20. Gặp nhau đây, rồi chia tay
Đời cần những thân tình không đời cần câu đáp đền
Khi còn sống con người thường cho rằng ngày mai còn dài,
thiếu gì cơ hội để gặp gỡ nhau, nhưng thực ra đời người là một phép trừ. Gặp nhau một lần cũng là đã bớt đi một lần gặp gỡ.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 84: CHÂN THÀNH

1. Chúa luôn có nhiều điều dành cho bạn, một chìa khoá để mở mỗi sự khó khăn, một ánh sáng soi rọi bóng tối, một điều an ủi cho mỗi đau khổ buồn phiền và một chương trình cho mỗi tương lai.

2. Để trở thành người đặc biệt trong lòng ai đó. Bạn không cần hoàn hảo, thông minh, giàu có hay đẹp. Điều quan trọng nhất là sự chân thành.

3. Người con gái có duyên thì tính tình ôn hoà, hoà khí phải lễ, mặt mũi tươi cười, mà tươi cười cốt để vui lòng người.

4. Tại sao bạn giam mình trong ngục tù khi cánh cửa mở rộng? Bạn được sinh ra với đôi cánh, tại sao bạn lại chọn cách bò đi trong cuộc sống?

5. Linh mục là quà tặng của Thiên Chúa ban cho thế giới.

6. Tôi đã sẵn sàng cho một chương sách mới của cuộc đời tôi.
7. Bàn tay người phụ nữ tội lỗi đặt trên chân Chúa. Bà ấy cũng là người yêu mến Chúa nồng nàn. "Tội chị đã được tha vì chị yêu nhiều." Xin cho con yêu mến Chúa tha thiết, nồng ấm và sâu đậm như chưa yêu ai bao giờ.
8. Trong cuộc đời ta, dù không thấy nhưng Chúa luôn có chương trình cho cuộc sống của mỗi người.
 9. Đừng cầu xin có một cuộc sống dễ dàng. Hãy cầu cho có sức mạnh để chịu đựng được mọi khó khăn. Đừng xin cuộc sống dễ dàng.
10. Một nụ cười có thể làm bừng sáng một ngày đen tối nhất.
11. Cách chuẩn bị tốt nhất cho ngày mai là làm mọi sự tốt đẹp hôm nay.
12. Đàn ông có tiền thì giữ được đàn bà có sắc. Đàn ông có tình thì giữ được đàn bà có tâm.
13. Khi giàu có mà vẫn giản dị. Khi quyền lực mà vẫn thân thiện. Khi giận dữ mà vẫn im lặng. Đó mới là lối sống hay.
14. Sông càng sâu, càng tĩnh lặng. Lúa càng chín, càng cúi đầu. Người giỏi thật sự luôn khiêm tốn. Kẻ thiếu năng lực thường ba hoa
15. Hãy khiêm nhường trong tin tưởng nhưng cam đảm trong tình tình.
16. Dành thì giờ sống với con cái còn quan trọng hơn là tiêu tiền cho các con.
17. Mỗi ngôi nhà của người Công Giáo nên có nước phép dự trữ. Hãy làm cho linh hồn bạn trở nên đẹp đẽ trước Nhan Thánh Chúa bằng cách làm Dấu Thánh Giá cách cẩn thận trong lúc cầu nguyện như sau:

“Lạy Chúa, bằng nước phép này và bằng Máu Thánh Châu Báu Chúa Giêsu, xin Chúa rửa sạch tất cả tội lỗi của con và tội lỗi của các linh hồn nơi luyện ngục.
Amen.”
18. Nếu lỡ một ngày tất cả hóa tàn tro,

Và hai chúng mình đều trở về cát bụi.

Sẽ không còn gì để cỗi trần tiếc nuối,

Bởi những ngày qua ta đã sống chân tình.

19. Gặp nhau đây, rồi chia tay

Đời cần những thân tình không đòi câu đáp đền

20. Nếu bạn muốn đi nhanh thì nên đi một mình. Nếu bạn muốn đi xa thì nên đi chung.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 81: HIẾU CON MÌNH

1. Bất kể bạn đối mặt với điều gì trong cuộc sống, đừng buông tay Chúa.
2. Xin cho nỗi khó khăn của bạn giảm ít đi và ơn phúc của bạn nhiều hơn và chỉ có niềm hạnh phúc đến nơi cánh cửa nhà bạn.
3. Càng lớn tuổi, con người ta càng tiến dần về sự đơn giản và càng đơn giản thì càng hạnh phúc.
4. Mãi sau này mẹ hỏi tại sao mình xa cách mẹ vậy, tại sao không tâm sự với mẹ? Vì sao? Vì mẹ đã biết quá nhiều, nên không bao giờ mẹ được quyền biết thêm bất cứ điều gì nữa cả.” (Người con tự tử khi 16 tuổi)
5. Hôm nay, chúng ta cảm ơn những người anh chị em anh dũng đã hy sinh lớn lao trong trận chiến vì lý tưởng cao cả. Cảm ơn các anh chị em vì đã phục vụ trong danh dự, với sức mạnh vô địch và sự trung thành vững bền.
6. Cho đến khi Vĩnh Cửu là ngôi nhà cuối cùng của bạn, cuộc đời là một cuộc chiến tìm kho báu không ngưng nghỉ. Hôm nay, bạn đi tìm kho báu của thế gian hay kho báu của Thiên Đàng?
7. Đàng sau mỗi vị linh mục có một con quý đang chiến đấu để làm cho vị linh mục vấp ngã. Nếu chúng ta có ngôn ngữ để chỉ trích các ngài thì ta phải cầu nguyện cho các ngài gấp hai lần.
8. Cuối cùng thì những con người như bạn mình đang làm gì cuộc đời của nhau?
9. Bạn có dám chắc rằng con của bạn đang sống hạnh phúc như nó mong muốn?
10. Mỗi ngày bạn có hỏi con mình rằng: "Hôm nay có gì khiến con buồn, và có gì khiến con vui?"
11. Tôi từng chứng kiến cháu tôi hỏi mẹ: “Mẹ không có câu nào khác để hỏi con à?” Khi chị tôi hỏi: “Nay đi học được mấy điểm hả con?”
12. Đành rằng ta luôn cho con những điều tốt đẹp nhất, nhưng ta có bao giờ quan tâm điều con thực sự cần?
13. Làm cha mẹ ai chẳng đặt lên vai con những ước mơ hoài bão nào đó. Nhưng hãy giữ gìn, chứ đừng ép buộc.
14. Tôi chỉ mong con tôi đủ mạnh mẽ trên đời và sống như nhánh cỏ bị vùi dập sau cơn giông vẫn vươn mình trước gió.
15. Hãy quên đi việc ép con phải làm thế này thế kia.

16. Xin hãy dạy con sự thẳng thắn, dạy con cách diễn đạt con nghĩ thế nào, bản thân con tự nói ra được rằng con muốn gì, và nếu được cho phép, con sẽ làm gì.

17. Rồi ta sẽ mỉm cười tự nhủ, tại sao ta không nhận ra điều ấy sớm hơn? (Hoàng Vi Lê)

18. Kẻ mãi nuôi dưỡng oán hận trong lòng, như tự cắt vào da thịt mình rồi mong chờ người khác đau!

19. Cuộc đời là một cuộc hành trình, không phải là nơi đến. Chúng ta quyết định số phận mình bằng cách chọn phương hướng.

20. Dầu vậy Thầy phải nói sự thật cho các con: Thầy đi thì ích lợi cho các con, vì nếu Thầy không đi, thì Đấng Phù Trợ sẽ không đến với các con, nhưng nếu Thầy ra đi, Thầy sẽ sai Người đến với các con. (GA 16:5-11)

PS: Cám ơn các tác giả đã có những lời rất đánh động!

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 86: CẦU CHO LINH MỤC

1. Cuộc đời rất ngắn ngủi. Đừng phí thời gian và năng lượng vào những người, việc, thứ không cần thiết. Nếu con làm vậy, sau này con sẽ nhận ra rằng con đã lãng phí tất cả những ngày tháng qua.

2. Chỉ cần một lời nói dối thì người ta có thể mất lòng tin nơi bạn. Điều tốt nhất mà bạn có thể làm được là luôn thẳng thắn, luôn chân thật và luôn nói sự thật.

3. Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa vì có những thử thách đến trong đường đời của con. Con dâng mọi sự trong đời con cho Chúa.

4. "Nhưng có người luôn là người lớn trầm trọng vì tiền, vì tình, vì danh, vì quyền. Có người trầm trọng người lớn vì đi đâu cũng khư khư mang theo cả thư viện ngàn cuốn sách trên đầu. Có người trầm trọng người lớn vì mang sứ mệnh yêu thương phục vụ cứu vớt." (LM Đặng San)

5. LM John Hardon, Dòng Tên, người trong bài "Giá Trị Lời Cầu Nguyện và Việc Hy Sinh Cho Các Linh Mục" đã viết rằng: "Không lời lẽ nào tôi có thể sử dụng lại quá mạnh mẽ để quả quyết rằng chức linh mục Công Giáo cần lời cầu nguyện và việc hy sinh hơn bao giờ hết kể từ biến cố Canvariô". Vị linh mục này suy niệm về 30 năm giảng dạy các linh mục, sống với các linh mục "và gian khổ vì các ngài, yêu thương các ngài và cùng đau khổ với các ngài".

6. Cha Hardon viết thêm: "Hết vị thánh này đến vị thánh khác đều đã quả quyết rằng mục tiêu chính của ma quỷ ở trên thế gian này là linh mục Công Giáo. Lạy Chúa, các linh mục cần xiết bao các ơn thánh đặc biệt của Thiên Chúa.

7. Chúng ta tự hỏi, tại sao cần phải cầu nguyện cho các linh mục? Chúng ta phải cầu nguyện cho các linh mục và giám mục vì đây là thực hành của Giáo Hội đã có từ thời các Tông Đồ. Nó là một vấn đề chân lý mạc khải. Nó là lệnh truyền của Thiên Chúa".

8. "...Aristotle đã giải thích rằng: có cấp độ trong tình bạn: tình bạn vì lợi ích (useful), tình bạn vì vui thú (pleasant), và tình bạn vì đức hạnh (virtue/excellence). Tuy nhiên, cả ba mức độ tình bạn này đều được xây dựng bởi một định nghĩa chung. (LM Quảng Trần, DCCT)

9. Tình bạn hình thành vì có "một sự tương hợp nào đấy về sự giống nhau giữa những con người. Hình thành tình bạn vì có những điểm giống như nhau, tương đồng... nên mới có thành ngữ 'ngưu tầm ngưu, mã tầm mã'. (LM Quảng Trần, DCCT)

10. Nếu bạn mất đi một người thân yêu trong hoàn cảnh vẫn còn khúc mắc, vẫn còn căng thẳng cần xoa dịu, khi đáng ra bạn phải quan tâm hơn, khi bạn thấy trách mình vì chưa từng thể hiện đủ sự trân trọng và tình cảm đáng phải có, những lúc như thế, hãy biết rằng, chưa quá muộn đâu. Tất cả vẫn có thể làm được! (LM Ron Rolheiser, OMI)

11. "Ba Ngôi Thiên Chúa ở trong chúng ta. Mầu nhiệm vô cùng vô tận của trời đất ở trong chúng ta. Một khi càng tuân giữ Lời, càng ở trong Lời, thì những điều sâu nhiệm càng sáng tỏ. Ta sẽ rất là ta, khi ta thấy ta mất đi, biến tan trong Huyền Nhiệm Lời Thiên Chúa dẫn vào Ba Ngôi Hằng Hữu." (LM Đặng San)

12. Chẳng bao giờ là quá muộn để nói với những người thân đã qua đời về cảm giác thực sự của mình dành cho họ. Chẳng bao giờ là quá muộn để xin lỗi những gì chúng ta đã làm tổn thương họ. Chẳng bao giờ là quá muộn để xin họ tha thứ cho những lỗi là của chúng ta trong mối quan hệ, và chẳng bao giờ là quá muộn để nói lên những lời cảm kích, trân trọng, và tri ân mà đáng ra chúng ta phải nói khi họ còn sống. (LM Ron Rolheiser, OMI)

13. Lòng tốt cho dù nhỏ bé thế nào đi chăng nữa thì cũng không bao giờ lãng phí. Người có lòng tốt thì an yên vui vẻ, người nhận được lòng tốt thì thấy ấm áp và có động lực để vượt qua khó khăn đang gặp phải. Hãy cho đi khi bạn còn có.

14. Sống ở trên đời phải lấy hạnh dưỡng phúc, lấy từ bi dưỡng tâm, lấy an vui dưỡng sắc và lấy khoan dung dưỡng khí.

15. Tại sao lại đồng cảm với họ? Ngoài tiếng Việt là ngôn ngữ có thể dùng để hiểu nhau, ngoài nơi sinh Hà Nội và Nghệ An cách nhau vài trăm cây số, tôi có gì chung với họ? Tại sao tôi vẫn cảm thấy "liên quan" đến số phận của họ? Tôi thấy chỉ có một câu trả lời hợp lý duy nhất: sự "liên quan" đó chính là lòng yêu nước. Nếu đó là tình yêu thì có lẽ không cần tìm cách lý giải nữa.

16. Chắc chắn mỗi người yêu nước, hoặc không, theo một cách khác nhau. Nhưng tôi cho rằng, yêu nước, về cơ bản, là cảm thấy "liên quan" đến số phận của đồng bào mình. (GS Ngô Bảo Châu)

17. Ích kỷ và giả đạo đức: Nếu bạn cảm thấy mình phải công khai hành động, tư tưởng và tình cảm của mình trong mục đích được tôn trọng, bạn phải cẩn thận kèm mình lại! Rất nhiều người thích tỏ ra mình là tín hữu Kitô tốt.

18. Nhớ là Chúa Kitô biết tâm hồn bạn và biết động lực của bạn! Ưu tiên hàng đầu là làm vui lòng Chúa trong mọi việc !

19. Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa vì có những thử thách đến trong đường đời của con. Con dâng mọi sự của đời con cho Chúa.

20. Những cánh hoa vàng

Vàng như cánh đồng lúa vàng ngày mùa trên quê hương ta đó.

Vàng như màu vàng trên lá cờ rực rỡ.

Vàng như màu vàng hành thổ trung tâm của ngũ hành, Triết lý phương Nam.

Vàng như màu da của con,

Của Thầy, Của Cha của Mẹ, Của Việt Nam

Con ơi, tiếp tục bước đi. Thầy ơi, hy vọng đi.

Cha ơi Mẹ ơi, tin tưởng đi. Việt Nam ơi, hãnh diện đi

Con sẽ tô thắm màu vàng dân tộc

Dù chân con bước xa đến tận nơi nào... (Quyên Di)

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

BÀI 87: CẦU NGUYỆN XIN ƠN CHỮA LÀNH

Nguồn: charismanews.com

Khi bạn dâng lên Chúa những lời cầu nguyện cho chính bạn và cho những người thân thì nhớ làm những điểm chính sau đây:

1. Cầu nguyện xin Chúa hướng dẫn và soi sáng để bạn tìm được một giải pháp tốt cho vấn đề sức khỏe. Có thể đó là cách thức chữa trị với thuốc bổ, ăn kiêng khem, vật lý trị liệu, thể dục thể thao hay chọn lựa một bác sĩ tốt.
2. Cầu nguyện phòng ngừa chẳng hạn như cầu nguyện cho những nhân viên y tế làm việc tốt để chữa trị các bệnh tật. cầu nguyện cho họ đừng phạm lỗi lầm, đừng chẩn đoán sai và đừng quyết định sai sót.
3. Cầu nguyện để cho thuốc men chữa đúng bệnh, không có những phản ứng phụ độc hại và gây ra ảnh hưởng xấu.
4. Cầu nguyện để có phương pháp vệ sinh tốt, để vết thương của bạn không bị làm độc sau khi giải phẫu.
5. Cầu nguyện chống lại những lời nói tiêu cực được viết hay được nói ra bởi những nhân viên y tế, bạn bè, thân nhân và bất cứ ai khác. Lời của họ không phải là lời cuối mà Lời Chúa mới là Lời cuối.
6. Cầu nguyện trong Thần Khí Chúa. Có nghĩa là cầu nguyện trong ngôn ngữ của bạn và cầu nguyện theo Thánh Ý Chúa (Roma 8:26-27). Hay có thể là xin Chúa Thánh Thần hướng dẫn bạn cầu nguyện và cầu nguyện với sự thông hiểu. (1 Cor. 14:15).
7. Tuyên xưng và loan truyền lớn tiếng với Lời của Chúa và những lời hứa của Ngài trong từng trường hợp. Điều này giúp đỡ cho đức tin bạn vững mạnh và cho đức tin của những người liên hệ cũng được củng cố.
8. Bạn có thể đem từng lời Chúa vào lời cầu nguyện của bạn, rồi lấp tên của người bệnh mà bạn đang muốn cầu nguyện cho họ.
9. Cầu nguyện bằng lời ca ngợi và cảm tạ, dùng nhạc cụ và hát những bài thánh ca. Rồi tuyên xưng Lời Chúa. Điều này làm cho bạn thêm sức mạnh và giúp đỡ cho kẻ khác thoát khỏi sự sợ hãi.
10. Xin Chúa Thánh Thần giúp bạn ăn chay. Khi ăn chay thì cầu nguyện, thờ lạy Chúa và đọc Thánh Kinh.
11. Biết chắc rằng bạn không cho Satan một cơ hội nào, đó là phải tha thứ cho những ai làm bạn đau khổ. (2 Cor. 2:10-11 và Epheso 4:26-27).
12. Tham dự vào bữa Tiệc Ly của Chúa Giêsu, tức là dự Thánh lễ, suy ngắm cái chết và sự Phục Sinh của Chúa Giêsu Kitô và những gì Chúa hoàn tất trên thánh giá vì lợi ích và sự cứu rỗi của loài người, cả về thân khí, linh hồn và thể xác. (Is. 53:4-6).

Kim Hà, 2019

LỜI NÓI Ý ĐẸP, BÀI 88: TRÂN TRỌNG

1. Hãy mạnh mẽ vì bạn không biết là mình đã gây nguồn cảm hứng cho những ai.
2. Im lặng là sức mạnh hay lạnh lùng?
3. Dù cho phú quý vinh quang, vinh quang không bằng có mẹ.
4. Mẹ ơi thế giới mênh mông, mênh mông không bằng nhà mình.
5. Lạy Chúa, cảm tạ Chúa cho con một gia đình đáng quý. Con không muốn bị chi phối bởi áp lực và lo âu mà quên không có thì giờ chăm sóc gia đình con. Xin Chúa giúp con yêu thương gia đình con và trân quý họ hôm nay và mãi mãi.

6. Con không biết Chúa hoạch định những gì nhưng con biết rằng chương trình của Chúa không bao giờ thất bại.

7. Bạn không bao giờ quá quan trọng để không thể đối xử tốt với mọi người.

8. Ai ơi cuộc sống kim tiền, không bằng con thảo, dâu hiền, cháu ngoan.

Người ơi, cuộc sống giàu sang. Không bằng gia đạo bình an sum vầy.

9. Nước phép có quyền năng đặc biệt để bảo vệ chúng ta chống lại tất cả mọi sự tấn công của ma quỷ. Khi ta làm dấu thánh giá với nước phép thì mỗi lần như thế, ta nhận được ơn tiểu xá là 100 ngày. (ĐGH Pio IX)

10. Khi bạn đối xử tử tế với người khác 10 lần, họ có thể cũng chẳng nhớ, nhưng chỉ 1 lần bạn làm họ phật ý, họ sẽ nhớ rất lâu và có thể phủ nhận hoàn toàn những điều tốt đẹp mà bạn dành cho họ.

11. Trong cuộc sống này có một số người, bạn giúp họ cả trăm lần họ không có được một lời cảm ơn. Nhưng chỉ một lần không giúp, họ quay ra hận bạn. Bao nhiêu cố gắng nỗ lực bỏ ra vì người khác, thứ bạn nhận lại được không phải là sự chân thành mà chỉ là nổi cay đắng.

12. Hãy tập thói quen cảm ơn khi nhận sự giúp đỡ từ người khác.

13. Làm người rộng rãi cũng được nhưng cần rộng rãi với đúng người. Từ thiện là tốt nhưng cần xét kỹ mọi mặt kéo của ta cho, việc ta làm trở nên lãng phí.

14. Xin Chúa chúc lành và ban sự ấm áp cho nhà của bạn, ban tình yêu trong tim bạn, ban bình an cho linh hồn bạn và ban niềm vui cho cuộc đời bạn.

15. Thiện và ác trên thế gian, có lúc lẫn mối rối bời, khó lòng phân biệt, bởi vậy đừng nên dễ dàng nhận định người khác.

16. Người thích chủ động thanh toán tiền, không phải bởi vì người ta dư dả, mà là người ta xem trọng tình bạn hơn tiền bạc.

17. Trong công việc, người tình nguyện nhận nhiều việc về mình, không phải bởi vì người ta ngốc, mà là người ta hiểu được ý nghĩa trách nhiệm.

18. Sau khi cãi nhau người xin lỗi trước, không phải bởi vì người ta sai, mà là người ta hiểu được trân trọng người bên cạnh mình.

19. Người tình nguyện giúp đỡ người khác, không phải vì nợ người đó cái gì, mà là vì người ta xem người đó là bạn.

20. Hãy chia sẻ điều ý nghĩa bởi vì cuộc sống luôn cần những điều tốt đẹp, bởi vì cho đi thì có ý nghĩa nhiều hơn là nhận về.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 89: THẦN KHÍ CHÚA

1. Nếu mọi sự đều xảy ra không thuận lợi thì đừng buồn phiền. Hãy trỗi dậy, phủi bụi vì bạn còn có một ngày mới là ngày mai.
2. “Tôi sống nhưng không phải tôi sống, mà là Chúa Kitô sống trong tôi”. (St. Paul)
3. Chính do Thánh Thần tác động, con người mới cảm nghiệm được sự hiện diện của Chúa Giêsu Phục sinh, cho nên thánh Phaolô khuyên chúng ta đừng dập tắt Thánh Thần. Đừng dập tắt Thánh Thần có nghĩa là luôn biết lắng nghe tiếng nói của Ngài trong đáy thẳm tâm hồn chúng ta.
4. Là đền thờ của Thánh Thần cho nên từ trong tâm hồn, chúng ta luôn nghe được tiếng nói của Ngài. Đừng dập tắt Thánh Thần có nghĩa là luôn mở rộng tâm hồn để đón nhận sự hiện diện và tác động của Ngài trong mọi biến cố cuộc sống.
5. Luôn nhìn vào cuộc sống bằng cái nhìn của lạc quan, tin yêu và hy vọng.
6. Nguyện xin Thánh Thần ban cho chúng ta một quả tim mới, một quả tim biết yêu thương và hy vọng, để cuộc sống chúng ta trở thành dấu chứng cho sự hiện diện của Đấng Phục sinh.
7. Lạy Chúa, con không muốn nhiều điều, chỉ mong làm những gì mà con có thể làm. Con muốn sống và biết rằng Chúa đang cùng bước đi với con.
8. Tận hưởng cuộc sống của bạn. Chúng ta không ở trần gian mãi mãi. Hãy trân quý thời gian mà chúng ta cùng chia sẻ với nhau.

9. Cuộc đời con trống vắng nếu không có Chúa. Con cảm tạ Chúa vì Ngài luôn ở cạnh bên con.

10. Hãy phó thác: “Không có gì ngoài ngày hôm nay, tôi sẽ thích nghi với hoàn cảnh, mà không nghĩ rằng các hoàn cảnh này sẽ chiều theo mong muốn của tôi.”

11. Xin Chúa chúc phúc và ban sự nồng ấm cho nhà bạn, tình yêu trong trái tim bạn, bình an trong linh hồn bạn và niềm vui trong cuộc đời bạn.

12. “Lạy Cha, con xin phó thác hồn con trong tay Cha”, đó là lời nói cuối cùng của Chúa Giêsu trên thập giá. Xin cho lời nói này là lời nói của mọi giây phút trong đời chúng ta.

13. Lời cầu nguyện luôn hữu hiệu và sẽ luôn hữu hiệu.

14. Lạy Cha, xin hãy làm nơi con mọi sự đẹp theo ý Cha; dù Cha làm chi mặc lòng, con cũng cảm ơn Cha. Con cảm ơn tất cả; con luôn sẵn sàng; con chấp nhận tất cả. Con cảm ơn Cha tất cả, miễn là ý Cha được làm trọn trong tất cả các tạo vật của Cha, trong tất cả các con cái của Cha, trong tất cả những ai quả tim Cha yêu mến.

15. Lạy Chúa, con không mong muốn gì khác; con phó linh hồn con trong tay Cha;

16. Lạy Chúa, con dâng Chúa với tất cả tình yêu của quả tim con, bởi vì con mến Cha và vì mến Cha, nên con thấy cần phải phó thác mình con cho Cha, không do dự đắn đo; với lòng tin tưởng tuyệt đối, con phó thác vào tay Cha, vì Cha là Cha của con.”

17. Lạy Chúa, xin nhận lấy trọn cả Tự Do, Trí Nhớ, Trí Hiểu, và trọn cả Ý Muốn của con, cùng hết thảy những gì con có và những gì thuộc về con. Mọi sự ấy Chúa đã ban cho con, lạy Chúa, con xin dâng lại Chúa hết thảy. Tất cả là của Chúa, xin Chúa sử dụng hoàn toàn theo ý Chúa. Chỉ xin ban cho con Lòng Mến Chúa và Ân Sủng Chúa, vì được như thế là đủ cho con. Amen. (St. Ignatio Loyola)

18. Không gì có thể làm chúng ta tách rời khỏi tình yêu Thiên Chúa, không phải sự chết hay sự sống. Không phải thiên thần hay ma quỷ. Không phải hiện tại hay tương lai, không phải quyền lực hay chiều cao, không phải chiều sâu hay bất cứ sự gì.

19. Khi tôi cô độc, Chúa là Đấng an ủi tôi. Khi tôi là hư vô, Chúa là mọi sự của tôi. Khi tôi buồn bã và cô đơn, Chúa là bài hát và niềm vui của tôi. Khi tôi yếu đuối và không ai giúp đỡ, Chúa là sức mạnh của tôi. Amen.

20. Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa luôn ở bên con và an ủi con rằng dù chuyện gì xảy ra thì con sẽ không bao giờ cô độc. Amen.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 90: TƯƠI TRẺ

1. Yêu thương là cho đi, là chia sẻ, là dám chấp nhận những hy sinh cho nhau và vì nhau.
2. Hoa hồng nào mà chẳng có gai, tình yêu nào mà chẳng có những hy sinh gian khổ của nó.
3. Nghị lực và lòng can đảm sẽ vượt qua tất cả.
4. Đôi cánh dành cho chim trời, cánh buồm dành cho tàu bè, lời cầu nguyện dành cho linh hồn con người.
5. Nhìn về quá khứ thì buồn phiền. Nhìn chung quanh thì lo âu, có đức tin thì nhìn lên.
6. Hãy tiếp tục ước mơ, ĐỪNG BAO GIỜ đầu hàng số phận.
7. Chính bạn, không ai khác, CHÍNH BẠN mới là người quyết định cho cuộc đời mình chứ không phải là lối suy nghĩ hay ánh nhìn ác ý từ NGƯỜI KHÁC.
8. Chỉ cần bạn còn sống, thành công chưa bao giờ rời xa bạn.
9. Sự tươi trẻ luôn làm bạn nhìn thấy hy vọng. Nhưng để có được sự tươi trẻ này, chúng ta cần đối thoại hàng ngày với Chúa Thánh Thần, Đấng vẫn luôn ở bên cạnh chúng ta. Đó là món quà tuyệt vời mà Chúa Giêsu đã để lại cho chúng ta: nguồn trợ lực này giúp bạn tiến bước. (ĐGH Phanxico)
10. Tội lỗi làm tâm hồn già nua, Thần Khí làm cho tươi trẻ.

11. Ngay cả khi chúng ta là tội nhân, Thánh Thần cũng giúp chúng ta ăn năn và giúp chúng ta nhìn về phía trước.
12. Hãy nói với Thánh Thần và Người sẽ trợ giúp bạn và trao lại cho bạn sự tươi trẻ. Ngược lại, tội lỗi làm cho chúng ta già nua. Nó làm linh hồn chúng ta già nua, nó làm mọi sự cản trở. Đừng sống nỗi buồn này.
13. Bắt đầu từ hôm nay, tôi cần phải quên những gì đã qua đi, cảm tạ Chúa về những gì còn lại và hân hoan đón chào những gì sẽ đến tiếp.
14. Luôn tin rằng có những sự tuyệt vời sắp sửa xảy ra!
15. Thật phúc cho kẻ nào, mỗi tối trước khi đi ngủ mà nói được rằng: "Nếu đêm nay tôi chết, thì tôi trông cậy được chết trong ơn nghĩa Chúa." (St. Alphonse)
16. Nhìn về quá khứ thì buồn phiền. Nhìn chung quanh thì lo âu, có đức tin thì nhìn lên.
17. Điều thứ nhất, lòng tham lam và ích kỷ thật đáng sợ. Nó không đem lại bình an và hạnh phúc cho một ai. Điều thứ hai, hậu quả của sự cha mẹ đối xử thiên vị với những đứa con là những kết cục đau lòng: sự ghen tỵ và những cuộc chiến giữa các con. (LM Vien Nguyen SCJ)
18. Vì em cười nên em làm cho cuộc đời đẹp hơn.
19. "Cơ hội tại quốc gia vĩ đại này không có giới hạn; Giấc Mơ nước Mỹ (American Dream) là có thật, nếu quý vị dám theo đuổi giấc mơ ấy với sự chú tâm, siêng năng làm việc và sự kiên trì." (Chuẩn Tướng Lapthe Flora, người Mỹ gốc Việt tên Châu Lập Thế)
20. "Đặc biệt đối với những cựu quân nhân Quân Lực Việt Nam Cộng Hoà (QLVNCH), tôi xin thành thật có vài lời để tri ân họ, qua sự hy sinh cao cả và chiến đấu dũng cảm, bất khuất và kiên cường để bảo vệ toàn vẹn lãnh thổ, cũng như duy trì an ninh cho toàn dân trong suốt hơn nhiều năm. Đồng thời tôi xin nêu lên niềm cảm phục của tôi qua sự kiên trì, chịu đựng trong bao năm lưu đày khổ sai, khốn khổ và ly tán của các cựu chiến sĩ VNCH cũng như gia đình họ sau cuộc chiến tranh." (Chuẩn tướng Lapthe Flora, người Mỹ gốc Việt)

Lời cuối: Chúng ta rất hãnh diện vì nước Mỹ có 2 vị Tướng người Mỹ gốc Việt là Thiếu Tướng Lương Xuân Việt và Chuẩn Tướng Lapthe Flora. Lời phát biểu của Chuẩn Tướng Flora ít nhất cũng xoa dịu niềm đau mà các thế hệ ông cha đã gánh chịu trong suốt 44 năm qua. (KH)

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 91: 12 BƯỚC ĐỂ TRÁNH LUYỆN NGỤC

Nguồn: Half The Kingdom

Đây là những lời khuyên rất khôn ngoan. Phúc cho những ai đọc, nghe và thực hành. Có 12 bước hành động để bạn có thể tránh ở luyện ngục lâu dài sau khi qua đời:

1. Trong mọi lời cầu nguyện của bạn, mọi Thánh Lễ bạn tham dự, mọi lần rước Mình Thánh Chúa, mọi việc tốt bạn làm, bạn hãy luôn nhớ khẩn nài Chúa ban cho bạn một cái chết thánh thiện và hạnh phúc và không ở luyện ngục. Chắc chắn Chúa sẽ nghe những lời cầu nguyện mà bạn nài van Ngài với lòng tin vững vàng và bền chí.
2. Luôn xin làm theo Thánh Ý Chúa vì đó là sự tốt nhất trong cuộc sống. Khi bạn làm hay tìm những điều gì không phải là Thánh Ý Chúa thì chắc chắn bạn sẽ chịu đau khổ. Do đó, mỗi lần đọc kinh Lạy Cha thì hãy nhớ Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên Trời.
3. Chấp nhận tất cả mọi sự đau khổ, buồn phiền, đau đớn và thất vọng của cuộc đời, dù nhỏ hay lớn. Chấp nhận sự bệnh tật, mất mát, chết người thân yêu, khí hậu nóng hay lạnh, trời mưa hay trời nắng vì những điều này đều đến từ Thiên Chúa. Chịu đựng một cách nhẫn nại và thanh thản vì tình yêu dành cho Thiên Chúa và để đền tội của bạn.

Dĩ nhiên, bạn có thể dùng ý chí để chống lại những khó khăn và đau khổ. Tuy nhiên, khi bạn không thể tránh khỏi sự dữ thì hãy chịu đựng. Khi bạn tỏ ra thiếu kiên nhẫn và kháng cự thì sự đau khổ trở nên lớn lao và khó khăn để chịu đựng hơn.

4. Một hành động vĩ đại nhất của Chúa Giêsu Kitô là Cuộc Khổ Nạn của Chúa. Nếu Chúa Giêsu Kitô chịu Cuộc Khổ Nạn thì chúng ta cũng có những sự khốn khổ của riêng mình. Sự khốn khổ của chúng ta gồm có sự đau khổ và lao động cực nhọc hàng ngày. Vì thế, chúng ta hãy làm việc, chấp nhận những nỗi thất vọng và khó khăn và cố gắng chịu sự thống khổ và bực bội để hiệp thông với Cuộc Khổ Nạn của Chúa Giêsu Kitô. Bạn sẽ có thêm công nghiệp vì cố chịu đựng những sự đau khổ nhỏ bé còn hơn là sống nhiều năm hưởng thụ cuộc sống.

5. Tha thứ cho những ai xúc phạm và gây thương tích cho bạn. Khi bạn tha thứ cho người khác thì Chúa tha thứ cho bạn. Đi xưng tội vì đó là Bí Tích quan trọng, không chỉ là đổ rác những tội lỗi của bạn mà còn là nhận lãnh chan chứa ơn lành thánh hoá của Chúa ban.

Đi xưng tội thì bạn hy vọng có một chỗ cao hơn nơi Thiên Đàng. Bạn sẽ hiệp thông với Chúa. Mỗi lần bạn đi xưng tội thì bạn sẽ ngừng được nhiều sự nguy hiểm và xui xẻo đang sắp sửa rớt xuống đời bạn.

Một cuộc xưng tội thành khẩn sẽ giúp đỡ bạn nghe được những thần cảm của Chúa Thánh Thần và bạn được nghe và tuân theo những lời khuyên của thiên thần bản mệnh.

6. Tránh các tội trọng, tránh những điều mà bạn biết là có tội nhưng bạn vẫn phạm, và tập từ bỏ những thói quen xấu. Như thế bạn sẽ làm cho Chúa tha thứ cho những tội lỗi của bạn vì yếu đuối.

Nhất là hãy tránh xa các tội lỗi phạm đức trong sạch, và những tư tưởng dục tình đen tối, tránh những lời nói và việc làm của những tội lỗi này. Những người phạm tội lỗi đức khiết tịnh thì ở luyện ngục rất lâu dài.

7. Hãy làm những việc nhỏ với sự tử tế và bác ái. Hãy bố thí khi bạn có thể. Đừng phàn nàn hay cau có khi có những sự việc làm cho bạn bất mãn. Đừng phàn nàn về những người khác, hãy ban những ân huệ cho những người khác. Thực hành đức ái là một việc đền tội tốt lành.

8. Hãy làm tất cả mọi sự trong quyền năng của bạn để cứu các linh hồn ở luyện ngục. Hãy cầu nguyện liên tục cho họ. Kêu gọi những người khác cùng cầu nguyện

cho các linh hồn. Gia nhập những hội đoàn chuyên cầu nguyện cho các linh hồn. Các linh hồn ở luyện ngục sẽ trả công bội hậu cho các bạn.

9. Con đường quyền năng lớn lao nhất để xin Chúa ban cho ta một cái chết thánh thiện và hạnh phúc là xưng tội hàng tuần, tham dự Thánh Lễ hàng ngày, rước Mình Thánh Chúa. Dâng các Thánh Lễ trước khi người thân chết và sau khi người ấy chết để cho họ không phải ở lâu dài trong luyện ngục.

10. Cầu Thánh Thể hàng ngày, dù chỉ là 3, 4 phút mà thôi. Đó là thời giờ dễ dàng nhất để xin các ơn của Chúa. Hãy quỳ gối trước sự hiện diện của Chúa và gắn chặt mắt bạn vào Mặt Nhật của Chúa Giêsu. Biết chắc là Chúa nhìn bạn rồi lập đi lập lại lời cầu nguyện này nhiều lần:

“Lạy Chúa Giêsu của con, xin thương xót con. Lạy Chúa Giêsu, xin thương xót con là kẻ tội lỗi. Lạy Chúa Giêsu, con yêu mến Chúa, xin ban cho con một cái chết hạnh phúc.”

11. Gia nhập họ Áo Đức Bà Màu Nâu và mặc Áo Đức Bà Màu Nâu Núi Carmelo. “Những ai chết mà đeo Áo Đức Bà Màu Nâu sẽ không chịu đau khổ bởi lửa đời đời.” Đó là lời Đức Mẹ Maria hứa ngày 16/7/1251 với Thánh Simon Stock.

Điều này được gọi là The Sabbatine Privilege, đó là lời Mẹ Maria hứa sẽ cho thoát khỏi luyện ngục sớm sau khi qua đời cho tất cả những người thực hành những điều sau:

- 1) Mặc Áo Đức Bà Màu Nâu.
- 2) Giữ mình trong sạch trong cuộc sống.
- 3) Đọc Kinh Áo Đức Bà hàng ngày.

Để cho hợp lệ, các bạn phải xin đăng ký vào một gia đình Nhà Dòng Carmelo. Đây là một nghi thức đơn sơ chỉ mất có một vài phút và do các linh mục Dòng Carmelo chúc phúc.

Tình Mẫu tử của Đức Mẹ Maria không chỉ giới hạn cho người Công Giáo nhưng lời chúc phúc của Mẹ có hiệu lực đối với tất cả mọi người. Nhiều phép lạ hoán cải xảy ra cho những người không Công Giáo nếu họ trung thành đeo Áo Đức Bà Màu

Nâu.

12. Sử dụng nước phép. Nước Phép là một á bí tích làm giảm tội nhỏ. Bởi vì có sự chúc lành đi đôi với nước phép. Giáo hội khuyến khích các tín hữu hãy nên sử dụng nước phép khi gặp nguy hiểm như: gặp lửa cháy, bão tố, bệnh tật và những tai nạn khác.

Kim Hà dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP; BÀI 92: TÌNH CHÚA, TÌNH NGƯỜI

1. Mẹ yêu con bằng dòng sữa ngọt,

Cha yêu con bằng giọt mồ hôi.

2. Mối liên hệ gia đình của bạn phải nên là một tổ ấm an toàn, không phải là chiến trường. Thế gian này đã quá khó khăn rồi.

3. Chúa đang chuẩn bị bạn cho những gì mà bạn đã cầu nguyện.

4. Tìm kiếm trong trái tim anh và anh sẽ không tìm thấy em. Rồi một bước sau, em bước đi với anh, rồi anh sẽ không thấy nhưng trong trái tim, anh biết đó là em.

5. Có phải nhiều lúc mình là nạn nhân của lối sống hiện đại, của những phương tiện truyền thông, của lối sống vội vã không? Vì những thứ ấy làm cho mình bỏ qua những cuộc thăm viếng, gặp gỡ thật cần thiết của tình người và của việc loan báo Tin Mừng.

6. Ở tuổi của tôi, tôi đã thấy mọi sự, làm mọi sự, nghe mọi sự, nhưng tôi không thể nhớ sự gì cả.

7. Hôm nay, hãy lấy những giây phút tĩnh lặng và cảm tạ Chúa về những điều Chúa ban cho chúng ta.

8. Cái điện thoại không dây đầu tiên là do Chúa tạo nên. Ngài đặt tên cho nó là Cầu Nguyện. Nó không bao giờ mất tín hiệu và bạn không bao giờ phải nạp điện cho nó. Bạn có thể dùng điện thoại này bất cứ nơi nào. Amen.

9. Chỉ cần vài giây đồng hồ để làm đau lòng người khác. Nhưng nhiều khi phải mất

nhều năm để hàn gắn sự đau đớn. Hãy trân quý những tâm hồn yêu thương bạn.

10. Luôn cầu nguyện để đôi mắt nhìn được sự tốt nhất nơi người khác, một trái tim tha thứ những kẻ tội tệ nhất, một tâm trí quên đi sự xấu, và một linh hồn không bao giờ mất đức tin nơi Thiên Chúa.

11. Có những điều không nói thì tốt hơn, điều này tôi thường nhận ra ngay sau khi tôi vừa nói ra.

12. Người ta thường không luôn luôn nói: "Mẹ yêu con." Đôi khi là những câu nói như sau:

"Con ăn gì chưa? Gọi cho mẹ khi con về đến nhà nhé. Con đi cẩn thận nhé. Mẹ làm cái này dành cho con..."

13. Tình Chúa cao vời biết bao. Làm sao con biết đáp đền cho ân? Cảm tạ Chúa và cảm ơn người. Cho con đôi mắt nhìn để đến người nghèo khổ. Cho con đôi chân đủ khoẻ để bước đi với họ. Cho con trái tim đủ lớn để đón nhận vết đau. Cho con đôi tay đủ rộng để ôm ấp yêu thương. Dẫu biết rằng con chỉ là kẻ mọn hèn, mang trên mình cát bụi trần thế gian. (LM John Nguyễn)

14. Người chiến binh đánh đổi cả cuộc đời khi viết lên CHI PHIẾU TRẮNG đề tên người nhận là "HIỆP CHỦNG QUỐC" mà số tiền có thể lên đến chính sinh mạng của họ.

15. Thân xác phục sinh mà mang toàn vết sẹo nhưng lại là chứng tích oai hùng của cuộc Vượt Qua. Dấu tình yêu muôn đời và khắp cõi bao la, nên em ơi, có yêu anh, tin anh, em hãy đón nhận anh với muôn ngàn vết sẹo!

16. Lời Chúa có sức mạnh vạn năng. Lời Chúa có thể biến đổi tâm hồn tên sát nhân giết người không gớm tay và bao tâm hồn sa ngã khác.

17. Lời Chúa có thể là động lực cho bao công tác bác ái của các tu sĩ nam nữ, đang dẫn thân phục vụ những trẻ em bị bỏ rơi, những người già nua hấp hối không ai chăm sóc, những kẻ phải sống bên lề xã hội. (Đài Chân Lý Á Châu)

18. Hãy sống khiêm nhường, đơn sơ và luôn đem niềm vui đến cho người khác.

19. Người mạnh mẽ nhất là người dành thì giờ giúp đỡ những người khác, ngay cả khi họ đang phải phấn đấu với chính những vấn đề nan giải của chính mình.
Amen.

20. Thật sự bạn không đi tìm lời khuyên nhưng là tìm tình yêu và sự chấp nhận. Ai cũng cần có người bạn sẵn sàng lắng nghe những gì mà bạn trải qua hay cần có người bạn sẵn sàng lắng nghe lời tâm sự với lòng trắc ẩn.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 93: 15 LỜI VÀNG NGỌC CỦA THÁNH Padre Pio

Tác giả Christina Mead, LifeTeen's blog

Thánh Padre Pio là một vị thánh thời đại và nổi tiếng vì ngài có nhiều ơn thánh: ơn được Năm Dấu Thánh, ơn lượm tại (ở một nơi mà hiện ra hai chỗ) và ơn đọc được các linh hồn.

Qua lời cầu bầu của Thánh Padre Pio, và qua những lá thư mà ngài viết cho mọi người, chúng ta có thể học được tất cả những điều tốt lành và thánh thiện. Sau đây là 15 lời khôn ngoan mà ngài đã viết mà chúng tôi chọn ra, những điều này có thể làm cho nhiều người thay đổi cuộc sống:

1. “Chúa Giêsu ở với chúng ta ngay khi ta không cảm thấy sự hiện diện của Chúa. Trong lúc bạn ở trong trận chiến thiêng liêng thì Chúa Giêsu ở rất gần kề bên bạn. Ngài luôn ở sát cạnh bạn, khuyến khích bạn để bạn có thể chiến thắng trận chiến một cách anh dũng. Ngài ở cạnh bạn để hợp với bạn đánh vào đầu kẻ thù và giúp bạn không bị đau đớn.” (15/8/1914)
2. “Những cơn bão khốc liệt ở chung quanh bạn sẽ trở nên vinh quang của Thiên Chúa, công nghiệp của bạn và làm lợi ích cho rất nhiều linh hồn.” (15/6/1914)
3. “Những sự hy sinh mà linh hồn bạn làm, những sự tốt lành mà bạn làm thì cần được hướng về Chúa để cho tất cả mọi người được thánh hóa.” (2/4/1917)
4. “Đừng sợ thánh giá. Cuộc thử thách tình yêu chắc chắn nhất là chịu đau khổ cho người mình yêu, và nếu Chúa bị đau khổ rất nhiều vì tình yêu thì những nỗi đau khổ mà chúng ta chịu vì Ngài cũng đáng yêu như chính tình yêu.” (14/7/1914)

5. “Sùng kính chân thật để phụng sự Chúa thì không có cảm nghiệm và an ủi. Điều này có nghĩa là phụng sự và yêu mến Chúa vì Chúa mà thôi.” (14/7/1914)
6. “Đau khổ của bạn càng lớn lao thì tình yêu Chúa dành cho bạn càng lớn theo.” (19/9/1914)
7. “Chúa muốn bạn hoàn toàn thuộc về Ngài. Chúa muốn bạn đặt tất cả mọi sự tín thác và trọn vẹn tình yêu cho một mình Ngài mà thôi. Vì lý do ấy mà Chúa gửi cho bạn sự đau khổ thiêng liêng để bạn càng hiệp thông hơn với Chúa.” (14/7/1914)
8. “Ở sát cạnh bạn là thiên thần, ngài không bao giờ rời xa bạn một giây phút nào, từ lúc bạn nằm trong nôi cho đến khi bạn xuống huyết mộ. Thiên thần hướng dẫn và bảo vệ bạn như một người bạn và một người anh chị.” (20/4/1915)
9. “Bạn phải có một đức tin không bờ bến trong sự thánh thiện, tốt lành vì phần thưởng chiến thắng chắc chắn đến.” (25/5/1914)
10. “Bạn phàn nàn vì sự thử thách cứ tới mãi, nhưng hãy nhìn xem bạn lo sợ điều gì? Liệu bạn sợ một người thợ thủ công thánh thiện đang mài giũa tác phẩm tuyệt tác của người ấy không? Bạn có muốn đến từ bàn tay của một nghệ sĩ đại tài hay chi muốn là một sơ đồ mà thôi?” (1/1/1921)
11. “Khi chúng ta đau khổ thì Chúa Giêsu ở gần bên chúng ta hơn bao giờ hết.” (2/4/1912)
12. “Bạn nói rằng mình lo âu về tương lai, nhưng bạn có biết là Thiên Chúa luôn ở với bạn và kẻ thù bạn không có quyền lực trên những ai quyết định đi theo và hoàn toàn thuộc về Chúa Giêsu không?” (29/3/1914)
13. “Tôi đề nghị chúng ta cần thanh thản và bình an luôn mãi.” (3/2/1922)
14. “Thật là niềm đau không thể chịu nổi nếu xa rời thánh giá, và thật là ngọt ngào và dễ chịu khi dâng hiến mọi sự cho thánh giá của Chúa Giêsu!” (20/5/1915)
15. “Nếu chúng ta thật tâm yêu mến Chúa Giêsu thì điều này sẽ làm cho nỗi lo sợ rời xa trái tim và linh hồn chúng ta. Chúng ta sẽ cảm thấy bay cao và xa thay vì chỉ bước đi trên con đường của Chúa.” (17/8/1913)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP BÀI 94: KHÔN NGOAN

1. Dạy người khác bằng gương sống.
2. Hãy chúc phúc cho mỗi ngày bằng hành động quảng đại.
3. Đừng bao giờ quên cơ hội: Hãy luôn nói cho người ta biết là bạn yêu thương người ta.
4. Tập thể thao mỗi ngày để giữ sức khỏe tốt.
5. Hãy đưa gia đình đi nghỉ hè dù bạn có tiền hay không có tiền.
6. Hãy bảo vệ những giá trị quý báu dù bạn chỉ có một mình đơn độc.
7. Hãy đánh giá sự thành công của bạn bằng cách an hưởng bình an, sức khỏe tốt và tình yêu.
8. Hãy ở những nơi nào mà người ta cần bạn.
9. Trung thành với vợ, chồng và sống hết lòng cho con cái.
10. Phục vụ cộng đồng và quốc gia của bạn.
11. Hãy giữ lòng can đảm khi mọi sự đi không đúng.
12. Nói sự thật.
13. Giữ gìn sức khỏe tốt.
14. Quản trị tài sản cách khôn ngoan.
15. Đừng bỏ qua những niềm vui nho nhỏ trong khi đi tìm những niềm vui lớn lao.
16. Khám phá ra quyền năng của sự cầu nguyện.
17. Khám phá ra quyền năng của lòng tha thứ.
18. Yêu thương con người hơn mọi sự khác.

19. Hãy đi tìm sự toàn thiện.

20. Đi tìm sự thật.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 95: HỌC CÁCH IM LẶNG

1. Lạy Chúa Giêsu, chúng con biết ngày cuối cùng chúng con sẽ bị xét xử về tình yêu, xin cho chúng con luôn biết mến Chúa và yêu thương nhau như Chúa đã yêu thương chúng con, để mọi người nhận ra chúng con là môn đệ của Chúa. Amen.
(LM Trần Xuân Nhàn)

2. Bạn sẽ vĩnh viễn không biết rằng bản thân mình ở trong miệng người khác có bao nhiêu phiên bản.

3. Nhân sinh cũng giống như một ly trà, đong đầy cũng tốt, mà vơi nửa cũng chẳng sao.

4. Bạn vĩnh viễn không biết rằng bản thân mình ở trong miệng người khác có bao nhiêu phiên bản, cũng sẽ không biết được người khác vì bảo hộ chính mình mà đã từng nói những lời gì về bạn, càng không cách nào ngăn cản được những lời đàm tiếu ấy.

5. Nhưng có một điều bạn có thể làm được, chính là bỏ mặc, cũng không cần phải đi giải thích, người hiểu bạn sẽ vĩnh viễn tin tưởng bạn.

6. Có một câu nói rất hay: “Nếu bạn không mù, thì đừng quen biết tôi qua miệng của người khác”.

7. Làm người, trạng thái tốt nhất chính là hiểu được tôn trọng. Bất kể người khác hành xử thế nào, bạn nhất định phải biết kiềm chế, không nên khoe khoang hay thể hiện bản thân.

8. Bạn càng trưởng thành sẽ càng hiểu được, bên ngoài bầu trời còn có bầu trời khác, trên người tài còn có người tài hơn, bởi thế giới này không phải chỉ riêng bạn đang tồn tại.

9. Làm người nên học cách im lặng, đừng nói lời xấu về người, chỉ cần làm tốt việc của mình là đủ. Không cầu sâu sắc, chỉ mong đơn giản.

10. Có những sự tình bạn cảm thấy là chuyện trọng đại, nhưng trong mắt người khác đó có thể chỉ là chuyện nhỏ. Bởi vì họ không phải là bạn, nên họ không cách nào hiểu được cảm giác mãnh liệt này của bạn.

11. Cho đến một ngày bạn sẽ hiểu ra, nhiều khi không cần phải nói hết ra cho người khác, bạn cũng có thể tự mình giải quyết. Trên thế giới này, ngoại trừ bản thân ra sẽ không ai có thể thực sự cứu được mình.

12. Có một sự thật là, chúng ta luôn mang theo mặt nạ để đối diện với tình yêu, luôn muốn biểu hiện ra mặt tốt đẹp nhất của bản thân mình.

13. Cho đến khi hai người càng thân thiết hơn, liền cảm giác thấy đối phương đã thay đổi. Kỳ thực, họ không hề thay đổi, chỉ là chúng ta đang tiến đến bề mặt chân thực nhất của họ, nên mới cảm thấy bị mất phương hướng.

14. Bởi vậy, khi bạn muốn tiếp nhận một người, thì không chỉ là tiếp nhận mặt ưu việt của họ, mà đối với những khuyết điểm của họ cũng nên mở lòng ra và bao dung lấy.

15. Ta nâng bạn lên, bạn chính là chiếc ly thật đẹp; ta buông tay xuống, bạn có thể sẽ trở thành những mảnh thủy tinh vỡ vụn. Bất luận là người yêu hay bằng hữu ta đều nên trân trọng. Bởi mỗi lần ta khổ sở, thương tâm thì họ chính là người ở bên cạnh bầu bạn; mỗi khi trong lòng có ưu tư thì họ cũng là người đầu tiên nhận ra điều đó.

16. Có những việc hôm nay được xem là chuyện lớn nhưng ngày mai lại chỉ là chuyện nhỏ; việc xảy ra trong năm nay được coi là chuyện lớn, sang năm chỉ còn là một câu chuyện; kiếp này được coi là đại sự, kiếp sau cũng chỉ là truyền thuyết.

17. Khi gặp khó khăn trong cuộc sống hay trong công việc, hãy tự nhủ với bản thân rằng: Hôm nay sẽ qua đi, ngày mai rồi sẽ đến, một ngày mới sẽ lại bắt đầu.

18. Nhân sinh cũng giống như một ly trà, đông đầy cũng tốt mà vơi nửa cũng chẳng sao, cần chi phải tranh giành? Nồng đậm cũng tốt mà nhạt nhẽo cũng

được, vẫn đều có hương vị riêng. Vội vàng cũng tốt mà chậm chạp cũng được, vậy thì đã làm sao? Ấm áp cũng tốt mà lạnh lẽo cũng được, chỉ cần nhìn nhau cười một cái thôi.

19. Cuộc sống, bởi vì để tâm cho nên mới đau khổ; bởi vì nghi ngờ cho nên mới tổn thương; bởi vì xem nhẹ cho nên mới vui vẻ; bởi vì đạ m bạc cho nên mới hạnh phúc.

20. Trong thực tại cuộc sống, chúng ta thường gặp những cảnh ngộ nhiều lúc không được như lòng mong muốn, tâm trạng này của mỗi chúng ta cũng chính là tâm trạng của các môn đệ khi xưa, nào là: sự cô đơn, bệnh tật, quạ n thất nhất là anh em đồng đội phản ta. Đức Giêsu "Anh em đừng xao xuyến!" (Ga 14,1) (LM Trần Xuân Nhàn)

PS: Xin cảm ơn các tác giả mà lời của quý vị được trích đặ ng trong bài này.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 96: CHỮ TÂM

1. Thời điểm ta khóc mà không có người dỗ dành, ta học được kiên cường; thời điểm ta sợ hãi mà không có ai bên cạnh, ta học được dũng cảm.
2. Thời điểm phiền não mà không có người hỏi han, ta học được cách thừa nhận; lúc mệt mỏi không có người dựa vào, ta học được cách tự lập. Cứ như vậy ta tìm được chính bản thân mình, vốn là người rất tài năng, ưu tú.
3. Tuyên xưng việc Chúa sống lại bằng cách hiểu rõ ý nghĩa và giá trị của sự chết, của những đau khổ, của những vấn đề khó khăn. Cuộc sống của chúng ta không chỉ đóng khung và chấm cùng tại đó. Nhưng người mang niềm tin phục sinh phải chiến đấu để vượt qua, để lướt thắng những khó khăn, hạn chế những đau khổ, những sự dữ, những tội lỗi, để phát huy cuộc sống mới của những tạo vật được tái sinh nhờ cái chết và sự phục sinh của Chúa Kitô. (Ban Việt Ngữ - Đài Chân Lý Á Châu)
4. Bạn luôn có thể cho một điều gì, ngay cả khi chỉ là lòng tử tế.
5. Mỗi người đều quan trọng nên cần phải đối xử với mọi người bằng lòng trắc ẩn

và kính trọng

6. Nếu bạn muốn thành công thì hãy để những người thành công hơn ở chung quanh bạn, còn nếu bạn muốn hạnh phúc thì hãy để cho những người kém thành công ở chung quanh bạn.

7. Tôi là một người mạnh mẽ nhưng thỉnh thoảng tôi cũng cần ai đó nắm tay tôi và nói rằng mọi sự đều tốt đẹp.

8. Điều gì chúng ta làm vì thương yêu, chúng ta sẵn lòng làm hơn cả. Mặc bao khó khăn đến từ không gian thời gian hay trình độ. (St. Thomas Aquinas)

9. Mẹ là người duy nhất trên mặt đất này đã yêu thương chúng ta trước khi biết mặt chúng ta. Khi ta sa ngã thất bại cũng vẫn là Mẹ giang rộng tay ôm chúng ta. Khi vui mừng hạnh phúc cũng có mẹ

10. Hôm nay lễ Chúa Thăng Thiên, sáng con đi lễ về thấy tâm hồn bình an, bình an không phải vì đã đi trọng theo luật. Nhưng hơn hết là vì tin rằng giữa cuộc đời đầy đau khổ này chúng con không bị mồ côi hay cô đơn vì có Chúa luôn ở cùng qua Mình Máu Người.

11. Chúa đã lên trời để nâng con người lên trời như Chúa.

12. Lời Thánh Irene nói quả là chính xác: Với bí tích Thánh Tẩy mỗi người mang hai dòng máu của con người và của Thiên Chúa trên trời cao. Vì thế mỗi ngày qua Thánh lễ chúng con lại được ăn tiệc trời do Chúa ban và được hạnh phúc bình an.

13. Đích không còn bao xa, chúng ta cố lên, chúng ta tin có Mẹ Maria, Mẹ của chúng ta, luôn cầu bầu che chở, yêu thương nâng đỡ. Vì vậy không phải vô tình mà Giáo Hội gọi Mẹ là Cửa Thiên Đàng (kinh Cầu Đức Bà). Hãy luôn vững lòng cậy trông nơi Mẹ. Vì Mẹ hằng yêu thương phù trợ mỗi người chúng ta về tới Thiên Đàng nơi chúng ta hằng mong ước. Amen. (LM Trần Xuân Nhàn)

14. Làm người nên học cách im lặng, đừng nói lời xấu về người, chỉ cần làm tốt việc của mình là đủ.

15. Chúng ta đều là những vị khách qua đường của đất trời, có rất nhiều việc chúng ta không thể làm chủ được, vậy nên hãy cứ để vạn sự tùy duyên đi!

16. Trong cuộc sống hiện nay, hạnh phúc của con người không phải là sự đầy đủ về vật chất, không phải là công danh địa vị mà nó bắt nguồn từ tình thương, từ sự yêu thương giữa con người với con người. Tình thương là nguồn của mọi sự hạnh phúc. Có thể chúng ta sẽ nhận lại được tình thương từ họ, hoặc có thể không, nhưng điều đó không quan trọng, vì chỉ cần yêu thương tồn tại trong ta thì ta đã có được hạnh phúc. Bởi yêu thương chính là hạnh phúc của con người! (LM Trần Xuân Nhàn)

17. Thiên Chúa luôn vẽ đường thẳng bằng những nét cong queo.

18. Đó là sự kỳ diệu của Thiên Chúa đã ban cho. Trong ơn lành có phép lạ và trong phép lạ có ơn lành.

19. Một ngày con vắng Ngài thì tâm hồn con khô cứng. Một phút có Ngài dẫn dắt linh hồn con rạo rức. Lạy Chúa, xin đốt lên lửa mến Chúa và yêu thương trong hồn con để con say đắm Chúa suốt đời con. Amen.

20. Không ai sống mãi trăm năm, thì xin hãy nhớ chữ Tâm ở đời. Không ai sống mãi muôn đời, Cái tình cái nghĩa muôn đời còn lưu.

PS: Xin cảm ơn các tác giả có những lời được trích đăng trong bài này. Cùng nhau, chúng ta xây dựng một tương lai tốt đẹp và thánh thiện hơn. (KH)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 97: SÁNG TẠO

1. "Linh hồn không ngừng tiếc nuối rằng mình đã biết Chúa quá ít, và yêu mến Chúa quá ít".

2. Mỗi bước đi trong đời, con xin phó thác trong tay Chúa.

3. Ma quỷ không đến với áo đỏ và sừng nhọn. Nó đến trong những sự gì mà bạn hằng ao ước. Hãy cầu nguyện để có sự khôn ngoan và tinh thức phân biệt thần khí

4. Như vậy, qua lời trấn an của Đức Giêsu "Anh em đừng xao xuyến!" (Ga 14,1), Ngài muốn nói là Ngài có đủ quyền lực để giải quyết hết mọi vấn đề, và qua đó Ngài đã mặc khải cho chúng ta thấy rằng: quê hương chúng ta ở trên trời (x. Pl 3, 19), mà Đức Giêsu sẽ là người đầu tiên trở về với nguồn cội, nơi mà từ đó được phát xuất ra để dọn chỗ cho chúng ta. (LM Trần Xuân Nhàn)

5. "Lạy Thiên Chúa của con, xin tha thứ tội lỗi con, xin sửa sai con và hướng dẫn con làm những gì trong tương lai. (St. Elizabeth Ann Seton)

6. Nếu ta không lấp đầy tâm trí ta với lời cầu nguyện thì tâm trí ta sẽ tự nó lấp đầy với sự lo âu, phiền sầu, cảm dỗ, cay đắng, những ký ức u ám và cảm thấy bị loại trừ.

7. Hãy mở rộng cõi lòng, đón nhận và để Thần Chân Lý của Thiên Chúa soi sáng, hầu vượt qua sự sợ hãi thường tình của con người mà sống làm chứng cho công lý và sự thật, là đòi buộc của người môn đệ Đức Giêsu Kitô! “Phúc cho những ai bị bách hại vì lẽ công chính vì Nước Trời là của họ.”

8. Chúng ta gặp gỡ nhau, nhưng gặp gỡ nhau, mà chưa chắc đã viếng thăm nhau, chưa chắc đã có sự hiện diện ẩn mật diệu huyền trong đáy lòng nhau. Cũng thế, chúng ta có thể ton tốt nói cười bên nhau, nhưng chưa hề chạm đến phần sâu thẳm người bạn mình đang cuu mang ấp ủ. (LM Đặng San)

9. Câu chuyện nói về sự gần gũi của Thiên Chúa đối với con người. Đối với người viết, có lẽ đây là cuộc vật lộn đức tin. Trước kia, Giacóp đã dựa vào những mưu mẹo, những khả năng tự nhiên của mình để làm chủ mọi sự. Kể từ giây phút vật lộn với Thiên Chúa, ông đã tén thác vào sự quan phòng của Người. (LM Viễn Nguyễn, SCJ)

10. Trong đời sống đức tin, nhiều lần chúng ta cũng phải “vật lộn” với chính mình và với Thiên Chúa để được cuộc sống mới.

11. Hãy khiêm nhường, đơn sơ và đem niềm vui đến cho những người khác.

12. Hãy làm những gì đúng cho bạn. Không ai đi trong đôi giày của bạn.

13. Đức Mẹ Maria hiện ra ở Rwanda và ban các thông điệp:

"Thế giới xấu xa đổ xô về nơi hủy diệt, và sẽ rơi vào vực thẳm. Thế giới đang ở trong cuộc nổi loạn chống lại Thiên Chúa. Người ta phạm nhiều thứ tội. Không có yêu thương và không có hòa bình. Nếu không sám hối và hoán cải, người ta sẽ sa xuống vực thẳm."

Cũng như tại Fatima, Đức Mẹ thúc giục chúng ta sám hối và tin vào Tin Mừng, cũng là giáo huấn chính của Chúa Giêsu luôn đề cập cho dù bất cứ điều gì xảy ra trên thế giới. (Nguồn: Aleteia.org, Trâm Thiên Thu)

14. Cô sĩ quan Lê Anh Thái viết cho bạn trước khi đền nợ nước, Quảng Trị 1972:

"Mây nghĩ, tụi mình như cánh gió, Ai đi nhốt gió được bao giờ?"

Những đêm biên cảnh sống xa nhà, Cũng thấy đôi lần nhớ xót xa.

Cũng có đôi lần tao muốn khóc, Muốn về thăm mẹ... thế nhưng mà.."

15. Trong 55 năm qua, con đã chịu đau khổ từ con người không ít. Con đã nhận từ họ các thương tổn và chống đối, cô đơn và hiểu lầm. Nhưng từ Chúa con không nhận điều gì xấu ngoại trừ những hành động yêu thương vô cùng. Bệnh tình của con là một trong những điều yêu thương này. (Đài Vatican)

16. Chúa đã cho con, trên hết mọi sự, là được hiện hữu. Điều kỳ diệu là một con người; niềm vui được hít thở vẻ đẹp của thế giới; nhận ra mình thoải mái trong gia đình nhân loại; ý thức rằng, sau tất cả, nếu con phải cân đo những thương tổn con đã nhận thì những điều này rất kém xa với tình yêu vĩ đại mà chính những người này đã đặt lên bên kia bàn cân của cuộc đời con. Con là một người may mắn và không giống như số đông? Có thể là như vậy. ... con đã có nhiều sự trợ giúp và thông cảm hơn là khó khăn? (Đài Vatican)

17. Bạn cần sự sáng tạo không chỉ trong học tập, mà sự sáng tạo giúp bạn đối đầu với mọi khó khăn.

18. Sức sáng tạo luôn giúp bạn chịu tự mở ra một quyển sách để đọc, tự bước chân đi tìm người khác để học hỏi, và tự tin vào những điều mình đang lựa chọn. Để những lúc bạn ra trường thất nghiệp với ngành bạn học, những lúc bạn đi làm mà không thấy lối thoát, những lúc bạn đang chán chường với xã hội xung quanh, bạn sẽ không phải ngòai than vãn mà luôn biết mình phải làm gì để bản thân thoát ra được vũng lầy mình đang đứng.

19. “Nếu anh chị em lần hạt Mân Côi hằng ngày, với tinh thần đức tin và yêu mến, Đức Mẹ chắc chắn dẫn anh em tiến xa trên con đường theo Con của Mẹ.” (St. Josemaria Escriva)

20. Vì thế, các Tông đồ cũng như chúng ta đừng xao xuyến, hãy tin vào Thầy, trong nhà Cha Thầy có nhiều chỗ ở. Mà Cha Thầy cũng là Cha chúng ta. (LM Trần Xuân Nhàn)

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 98: NỤ CƯỜI

Vậy chúng ta hãy mở tâm hồn và cầu nguyện để Chúa Thánh Thần ban những ơn lành của Ngài cho chúng ta. Sau đây là những gì mà chúng ta cần làm:

1. Xin niềm vui của Chúa rửa sạch, thanh tẩy và thánh hóa bạn.
2. Tránh bàn cãi vô ích.
3. An ủi người đau khổ tuyệt vọng.
4. Cố gắng trừ khử mọi lo âu trong tâm trí và linh hồn.
5. Yêu thương mọi người dù cho có những người rất khó thương.
6. Hãy tỏ lòng thân thiện để mọi buồn phiền không còn chỗ đứng.
7. Nếu lòng bạn có niềm vui thì dần dần có nhiều người thích ở gần bạn.
8. Cuộc hành trình khó khăn ở dương thế chỉ là sự thử thách ngắn so với cuộc sống vĩnh cửu trên Thiên Đàng.
9. Sống đơn giản, đừng chuốc thêm ưu sầu và đau khổ không cần thiết.
10. Cố quên đi những gì mà người đã làm cho bạn đau khổ hay đã nói xấu bạn.
11. Tập tha thứ khi người ta làm cho bạn đau lòng. Chúa biết sự hy sinh và hãm mình của bạn.
12. Tập thói quen nở một nụ cười, có cử chỉ thân ái.
13. Sống có tinh thần kỷ luật, không để cho sự lười biếng, ỳ lỳ làm chủ cuộc sống mình.
14. Kèm chế ý muốn và thói xấu của mình.
15. Cởi mở, vui tươi và nói tốt về mọi người.
16. Hãy cứ vui tươi dù lòng mình muốn khóc.
17. Không nhớ đến quá khứ buồn đau.
18. Hãy tìm sự ngây ngất trong cuộc sống nhưng điều làm cho bạn sống chính là niềm vui. (Emily Dickinson)
19. Nếu bạn không xây dựng giấc mơ thì một người nào đó sẽ thuê bạn để giúp họ xây dựng giấc mơ của họ. (Tony Gaskins)
20. Có người bảo thế giới này nhỏ lắm. Đi một vòng rồi cũng về lại bên nhau. Nhưng đôi khi thế giới lại to lớn biết bao. Chỉ cần quay lưng bước đi là chẳng bao giờ gặp lại nhau.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 99: CAN ĐẢM

1. Xin Chúa dạy con biết để tai nghe, biết đoán ý người khác, biết tha thứ không ngừng. Lạy Chúa, xin ban cho con những ân huệ đó, để anh em con bớt cực khổ vì con. Amen.
2. Tình yêu mẹ dành cho con không bao giờ chết, bởi vì con luôn sống trong trái tim mẹ. Mẹ nâng niu từng mảnh trái tim con. Ví thế ta không bao giờ xa cách.

3. Tài sản đẹp đẽ của một người không phải là một đầu óc thông thái nhưng là một trái tim đầy tình yêu, một lỗ tai sẵn sàng lắng nghe và một bàn tay luôn giúp đỡ những người khác.
4. Miệng ít nói tự nhiên ít họa. Bụng dạ ít ăn tự nhiên ít bệnh.
5. Linh mục phải đeo cổ trắng để mọi người nhận biết ngài là linh mục. Chúng ta cần phải nhìn nhận ngài khi đi đường." (Hồng Y Robert Sarah)
6. Nếu bạn không cố gắng, người khác muốn kéo tay bạn lên cũng chẳng biết tay bạn đang ở chỗ nào.
7. Những người xinh đẹp hơn bạn còn cố gắng nhiều hơn bạn.
8. Không chết được thì phải sống, đã sống thì phải sống cho ra hồn người!
9. Đừng chấp tay dâng thế giới cho con người mà bạn khinh thường.
10. Tôi không dám nghỉ ngơi, vì tôi không có tiền. Tôi không dám kêu mệt, vì tôi còn chưa thành tựu gì. Tôi không dám nghỉ ngơi, vì tôi còn phải sống. Tôi có thể từ bỏ việc lựa chọn, nhưng tôi không thể chọn cách từ bỏ. Vậy nên, kiên cường, đấu tranh là lựa chọn duy nhất của tôi.
11. Mọi đau khổ của con người đều là sự cười nhạo cho chính sự bất lực của bản thân.
12. Hôm nay bạn đọc sách, ngày sau sẽ thành công.
13. Phía sau tôi không có lấy một người thì làm sao tôi dám ngã xuống.
14. Có lẽ bạn cho rằng một buổi tối bạn học được vài từ ngữ đã là giỏi, mà không biết người ta đã qua hết cấp này tới cấp khác. Có lẽ bạn cho rằng mỗi ngày bạn phải đi làm 8 tiếng đã là mệt mỏi muốn chết, mà không biết rằng có những người phải làm hai công việc từ sáng sớm tới đêm khuya. Thế giới này chưa bao giờ thiếu người biết cố gắng, chỉ thiếu người có thể kiên trì tới cùng.
15. Nếu không thể làm ba mẹ tự hào, vậy hãy để họ bớt lo lắng đi cũng được.
16. Đừng chọn sống an nhàn vào những năm tháng còn có thể chịu khổ được.
17. Nếu bạn thành công, ngay cả bạn nói dối cũng thành nói thật. Nếu bạn thất bại, mọi lời nói thật cũng chỉ như nói dối.
18. Đừng tùy tiện phơi bày vết thương của mình cho người khác xem, vì giữa xã hội này, bạn sẽ không phân rõ người nào sẽ là người bôi thuốc cho bạn, người nào sẽ xát muối vào nó.
19. Có thể khóc, có thể hận, nhưng không thể không mạnh mẽ! Vì phía sau bạn còn cả một đám người đang chờ cơ hội chế giễu bạn!!!
20. Khi vấp ngã hãy tự đứng lên, đừng để người ta giẫm đạp lên.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 100: TÂM LƯỢNG ĐẤT TRỜI

1. Bạn không biết ngày mai sẽ đem đến những gì. Điều duy nhất mà bạn thật sự có là ngay bây giờ. Vậy đừng giận hờn quá lâu. Học cách tha thứ. Yêu thương với trọn trái tim. Có niềm vui. Sống cuộc đời mà bạn muốn sống. Đừng chú ý đến những ai không thích bạn. Hưởng niềm vui với những người yêu thích bạn.
2. Quê hương chúng ta không thuộc về trần thế này. Thế nên, đang khi chúng ta nỗ lực lo cho cơm áo gạo tiền ngày càng sung túc để hưởng thụ cuộc sống hạnh phúc nơi đời tạm này... thì đồng thời cũng hãy lo cho đời sống tâm linh phong phú bằng niềm tin vào Thiên Chúa đầy lòng yêu thương luôn chọn cho ta điều tốt nhất; bằng trái tim nhân hậu đối với mọi người trong lời nói và cách hành xử...

3. Khi bạn cảm thấy như không có ai để bạn tâm sự hay không có ai để lắng nghe lời bạn nói. Hãy nhìn lên trời vì bạn có một Thiên Chúa là Đấng yêu bạn nhiều hơn mọi sự.

4. Chúa về trời! một bảo chứng đầy lạc quan, hy vọng, khích lệ ta hướng cuộc sống lên cao. Hướng cuộc sống lên cao không chỉ là chuyện của những bậc tu trì, của những người làm việc tông đồ, của những vị truyền giáo... đó còn là chuyện của một loài sinh vật được gọi là con người; thế nên, bất kể là giàu hay nghèo, trí tuệ hay thiếu năng, lành lặn hay khuyết tật, khỏe mạnh hay bệnh tật, già hay trẻ... Tất cả đều được mời gọi "bay lên" với Đấng ngự trên cao. Nơi cao nhất chính là nơi: Thiên Chúa ở đâu, ta sẽ ở đó với Ngài.

5. Trong đời sống, hãy bỏ qua những điều nhỏ nhặt. Bạn đã từng vượt qua những điều như vậy trong suốt cuộc đời. Bạn đã từng có những kỷ niệm vui buồn nhưng hiện tại mới là điều quan trọng.

6. Hãy đừng để quá khứ chìm bạn xuống và đừng để tương lai làm bạn sợ hãi. Hãy tận hưởng với những gì của hiện tại. Hãy quên đi những chuyện lặt vặt.

7. Luôn luôn làm sống lại tình yêu.

8. Dù bạn ở vào tuổi nào, luôn luôn làm sống lại tình yêu và sự thơ mộng. Hãy yêu mến người bạn đồng hành của bạn.

9. Hãy yêu đời sống, yêu gia đình, yêu hàng xóm, yêu chó hoặc yêu mèo và luôn luôn nhớ rằng: "Một con người chẳng bao giờ già khi người ấy có sự thông minh và tình thân ái."

10. Cuộc sống không thể tránh khỏi những lần bạn cảm thấy thất vọng, nhưng có lựa chọn bỏ cuộc hay không lại là một câu chuyện khác.

11. Bạn muốn đạt được gì trong cuộc sống này?

12. Mục đích bạn sinh ra trên đời này để làm gì?

13. Có quá sớm không khi bạn thốt lên hai chữ "TỪ BỎ"?

14. Bạn chọn bỏ cuộc đôi khi vì muốn được đi trên con đường nhẹ nhàng và dễ dàng hơn chứ không hẳn là bạn đã cố gắng hết sức. Và bạn nên biết rằng, khi bạn tuyệt vọng, cũng đồng nghĩa với việc bạn đã tới rất gần với hy vọng.

15. Không chấp nhận bất cứ điều gì là sự thật nếu nó thiếu tình yêu. Không chấp nhận bất cứ sự gì là tình yêu nếu nó thiếu chân lý. (St. Teresa Benedicta of the Cross, St. Edith Stein)

16. Một ngày không có tiếng cười là một ngày lãng phí.

17. "Tôi là một người luôn phấn đấu. Tôi yêu thích cuộc sống. Và rồi tôi có những nghĩa vụ với cuộc sống: với các con và gia đình tôi. Vì vậy, tôi cần sức khỏe, tôi cần khỏe mạnh để sống. Không phải là vì tôi, nhưng là vì họ".

18. Ta về cúi mái đầu sương đêm, Nghe nặng từ tâm lượng đất trời.

Cảm ơn hoa đã vì ta nở, Thế giới vui từ nỗi lẻ loi. (Tô Thùy Yên)

19. Dù phải chịu khổ nhục vẫn là vinh dự đứng trong hàng ngũ những người chính nghĩa.

20. Khí hậu yêu thương đó, ngoài mẹ cha gia đình, còn là thiên nhiên trời đất. Em bé cần "đối thoại" chơi đùa với cỏ cây gần gũi và với trời đất bao la. Em bé cần cần được rung cảm sâu xa với những phút giây linh thánh trong lặng im nhiệm mầu. Em bé cần đặc biệt cần xúc động xót thương và kính trọng với những người nghèo hèn khốn khổ. (LM Đặng San)

PS: Xin cảm ơn các tác giả có những lời được trích đăng trong bài này. Cùng nhau, chúng ta xây dựng một tương lai tốt đẹp và thánh thiện hơn. (KH)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 101: TIN MỪNG

1. Chúa Giê su đã đi qua kiếp người đầy thăng trầm hạnh phúc và khổ đau. Ngài đã đi qua những bể dâu của cuộc đời để tiến vào quê trời, là nơi không còn khóc lóc, than van và đau khổ. Cuộc đời của Ngài là một cuộc đời không ngừng chọn theo thánh ý Chúa Cha để từ khước những lời mời mọc của ma quỷ thật ngọt ngào, thật quyến rũ về danh lợi thú trần gian.
2. Cuộc đời của Ngài là một cuộc đời dâng hiến để phục vụ tha nhân và phục vụ tin mừng Nước Trời. Ngài đã sống một cuộc đời như hạt lúa gieo vào lòng đất, chịu mục nát để trở sinh bông lúa vàng. Ngài đã đi đến cùng của việc xin vâng theo thánh ý Chúa, cho dầu lời xin vâng cần phải thể hiện bằng chén đắng cuộc đời.
3. “Chính Giáo hội là một mạng lưới được đan dệt bằng sự hiệp thông Thánh thể, trong đó sự hiệp nhất không được đặt trên những nút ‘like’ (thích), nhưng trên sự thật, trên lời ‘Amen’, qua đó mỗi người đều bám víu vào Thân thể của Đức Kitô, và chào đón người khác” (Sứ điệp Truyền thông 53).
4. Cảm tạ Thiên Chúa đã ban những phương tiện truyền thông hiện đại. “Truyền thông, dù ở đâu và bằng cách nào, cũng mở ra những chân trời rộng lớn hơn cho nhiều người. Đây là quà tặng của Thiên Chúa kèm theo một trách nhiệm lớn lao”
5. “Internet có thể được sử dụng một cách khôn ngoan để xây dựng một xã hội lành mạnh và mở ra để sẻ chia.” (Sứ điệp Truyền thông 50).
6. Có một ngày bạn sẽ hiểu, lương thiện khó hơn thông minh nhiều. Thông minh là một loại tài năng thiên phú, còn lương thiện lại là một sự lựa chọn.
7. “Chúng ta hãy luôn gặp và chào nhau bằng nụ cười, vì nụ cười là dấu hiệu ban đầu của tình yêu.” (Mẹ Teresa)
8. “Tình bạn là cội nguồn của niềm vui bất tận, không có bạn bè thì ngay cả một sự nghiệp hợp ý nhất cũng trở nên chán ngắt.” (St. Thomas Aquinas)
9. “Bạn học nói bằng cách tập nói, học tập bằng việc học hỏi, học chạy bằng cách tập chạy, học việc bằng chính việc làm, và như vậy bạn hãy học yêu bằng chính tình yêu. Những ai cho rằng họ có một cách học khác là họ đang lừa dối chính bản thân họ.” (St. Francis de Sales)
10. “Nhưng điều này không có nghĩa là chúng ta phải dừng sứ mạng loan báo tin mừng; hơn thế nữa, mỗi chúng ta hãy tìm ra những cách phù hợp để nói về Chúa Giê-su ở bất cứ đâu thuận tiện. Tất cả chúng ta đều được mời gọi để làm chứng nhân sống cho những người chung quanh về tình yêu vô biên của Thiên Chúa. (ĐGH Phanxico)
11. Chúa không nhìn đến những thiếu sót của chúng ta mà còn tạo cho chúng ta cơ hội để đến bên Người, lắng nghe Lời Người và nhận lấy sức mạnh nơi Người, và làm cho cuộc sống chúng ta trở nên đầy ý nghĩa.” (ĐGH Phanxico)
12. “Bạn biết không Thiên Chúa không nhìn đến tính vĩ đại hay sự khó khăn trong mỗi công việc của chúng ta, nhưng Người chỉ xem tình yêu chúng ta dành cho mỗi việc như thế nào. Vậy thì, có gì mà bạn phải e ngại?” (St. Theresa Hải Đòng Giêsu)
13. “Bạn phải nỗ lực bằng tất cả mọi khả năng có thể của mình để làm hài lòng Chúa bằng cách là đừng bao giờ làm hay chôn giấu việc gì mà không hỏi ý Người, và trong mọi sự hãy tìm đến Người và vinh quang cho Người.” (St. Alphonsus Rodriguez)

14. “Lời cầu nguyện không gì hơn là kết hiệp với Thiên Chúa. Khi tâm hồn thanh sạch và được kết hiệp với Thiên Chúa thì bạn sẽ được an ủi và tràn đầy hạnh phúc; tâm hồn sẽ tràn ngập ánh sáng huyền diệu.” (St. Gioan Vianney)

15. Đặt báo thức trên điện thoại vào một thời điểm nào đó trong ngày bạn có thể dễ dàng cầu nguyện và đừng để Chúa bị cô đơn. Buổi sáng là tốt nhất, nhưng nếu không phù hợp, bạn có thể tìm một thời gian khác tốt hơn. Hãy cầm quyển Kinh Thánh lên và đọc một vài dòng. Các bài đọc trong sách lễ hàng ngày là điểm khởi đầu tốt nhất. Mục tiêu của mỗi người Công giáo là đọc kinh Mân côi mỗi ngày. (Fr. Vũ DCCT, Cần Giờ)

16. Lạy Chúa đối với các tín hữu Chúa, sự sống thay đổi chứ không mất đi và khi nơi nương náu trần gian bị tiêu hủy tiêu tan thì lại được một chỗ ở vĩnh viễn trên Trời.

17. Không có chỗ cho tính ích kỷ và không có chỗ cho sự sợ hãi! Đừng e ngại khi tình yêu cần có những thể hiện. Đừng sợ hãi khi tình yêu đòi những hy sinh.” (Thánh GH Gioan Phaolo II)

18. Ta về như tiếng kêu đồng vọng, Rau mác lên bờ đã trở bông.

Cho dẫu ngàn năm em vẫn đứng, Chờ anh như biển vẫn chờ sông. (Tô Thuỳ Yên)

19. "Người thánh là người tiếp tục Thánh lễ suốt ngày."

20. Cuộc sống ở trần gian này là vô thường. Không ai sống mãi ở đời này vì đã là người thì phải chết. Và lời Thánh Vịnh chúng ta nghe hát trong các lễ an táng : "Đời sống con người chóng qua như cỏ. Như bông hoa nở trong cánh đồng một cơn gió thoảng đủ làm nó biến đi". Nhưng đối với con người chúng ta, sự biến đi là cái bên ngoài. Chúng ta có phần thiêng liêng, chúng ta có phần linh hồn, linh hồn thì không chết, linh hồn thì bất biến.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 102: TÌNH BẠN

1. Chúng ta thường có những sự lựa chọn lành mạnh hơn khi ở trong một cộng đồng hoặc một nhóm bạn, giống như chúng ta có thể đi tập gym hoặc đi bộ cùng nhau. Tương tự nếu mục tiêu của chúng ta là ăn uống dinh dưỡng hoặc uống ít cồn. Đừng quên rằng chúng ta có ảnh hưởng đến bạn bè của chúng ta và ngược lại.”

2. “Mỗi người chúng ta đều có khao khát được lắng nghe, được nhìn thấy và cảm thấy có giá trị theo một cách nào đó. Có được những tình bạn và sự tương tác sẽ hoàn chỉnh nhu cầu được công nhận.”

3. Lạy Chúa, xin Chúa không bao giờ để con quá bận rộn mà không nghe được tiếng Chúa. Amen.

4. Có bạn hữu là có một chỗ dựa trong những thời điểm khó khăn như trải qua việc mất mát hoặc chia tay. Bạn hữu giúp bạn tránh rơi vào tình trạng trầm cảm.

5. Khi con đặt Chúa lên trước hết thì các phép lạ xảy ra.

6. Không ai có thể làm dừng lại điều mà Chúa đang sắp sửa làm trong đời bạn.

7. Lạy Chúa, con yêu mến Chúa. Cuộc đời con nhiều đau khổ và thử thách nhưng con tin Chúa là nguồn mạch yêu thương. Chỉ có Chúa là niềm an ủi và hy vọng duy nhất đời con. Xin cho những người con yêu mến luôn an bình trong Chúa. Amen.

8. Nếu bạn muốn một cuộc sống bình thường, vậy bạn sẽ gặp phải những ngăn trở bình thường. Nếu bạn muốn sống một cuộc sống tốt nhất, vậy bạn nhất định sẽ gặp phải những khó khăn lớn nhất. Thế giới này rất công bằng, bạn muốn thứ tốt nhất, vậy phải chấp nhận những vết thương đau nhất.

9. Sống nhẫn nhịn không phải là nổi nhục, vì yêu đời lắm lúc phải cho qua. hơn thua chi để cuộc sống bất hoà, Đời biết Nhẫn là nhìn xa trông rộng.

10. Việc biết rằng chúng ta luôn có một người ở đó vì chúng ta, dù có chuyện gì đi chăng nữa giúp bạn cảm thấy rằng mình không một mình. Điều này đặc biệt quan trọng nếu một người không có mối quan hệ gia đình thân thiết.

11. Chúa luôn ở cạnh bên ta nhưng ta luôn trở nên bận rộn nên không nghe tiếng Ngài.

12. Chúa nhìn thấy mọi tình trạng của bạn. Ngài sẽ biến đổi tình trạng ấy.

13. Một đời được mấy điều mong ước, Núi lở sông bồi đã mấy ghi

Lịch sử nơi đi nhiều tiếng động, Mười năm, cỏ lục đã ai ghi. (Tô Thuỳ Yên)

14. “Mẹ à, bởi vì người khác có thể tha thứ lỗi lầm của con trước đây, nên mẹ hãy coi những người phạm sai lầm kia như con gái của mẹ, mà tha thứ cho họ nhé!”

15. Tha thứ cho người khác chính là tha thứ cho chính mình.

16. Bạn tha thứ cho mọi người vì chính lợi ích thiết thực của bạn. Nó sẽ làm cho bạn hạnh phúc hơn.

17. Chúng ta cảm động khi được người khác tha thứ. Điều đó khiến chúng ta có thể thay đổi hành vi và lời nói của chính mình. Hãy để những thiện ý này lưu truyền mãi về sau.

18. Tha thứ thì mỗi ngày của chúng ta sẽ là mỗi ngày hạnh phúc và may mắn

19. Đôi lúc, các phép lạ xảy ra, chẳng hạn Chúa thường gửi những người tử tế có trái tim tốt đến với bạn.

20. Lạy Chúa, xin ban cho chúng con lòng yêu mến tinh tuyền, đức tin và các lý lẽ. Xin ban cho chúng con sự đơn sơ để cho linh hồn chúng con trở thành hình ảnh ơn phúc của Chúa. Amen.

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 103: ƠN HUỆ

1. Hãy dừng cảm, đừng để bản thân bị những tư tưởng hay lời nói của kẻ khác hướng dẫn. (St. John Bosco)

2. Chúng ta lo âu nhiều quá về kết quả của mọi sự. Chúng ta quên rằng Chúa đã chăm sóc mọi điều rồi.

3. Lạy Chúa, khi con cô đơn, thất vọng, chán chường hay thất bại xin cho con biết tin tưởng, phó thác, cậy trông nơi Ngài.

4. Đừng năn nỉ ai đó phải ở lại trong đời mình. Nếu bạn nhấn tin, gọi điện thoại, thăm viếng và người ấy luôn thờ ơ với bạn thì hãy tập quên và bước đi. Đó là lòng tự trọng.

5. Nguyên tắc sống cho mình là: Bản thân làm được cho ai điều gì thì không cần nhớ, còn ai đã làm gì cho mình thì dù nhỏ bé bao nhiêu cũng nguyện khắc sâu trong lòng.

6. Đối với tôi, ơn là ơn. Ai biết sống nhớ ơn thì tôi mừng vì họ đang sống đẹp. Ai sống vô ơn, tôi cầu nguyện cho họ. Phần mình, tôi tiếp tục chọn là người sống biết ơn.

7. “Điều tôi làm được cho người khác thật ra là tôi được làm cho họ. Khả năng ấy là ân huệ Chúa thương ban cho tôi để tôi có cơ hội sống đẹp. Nghĩ cho kĩ, chẳng có điều nào tôi đang có mà không phải là ơn tôi lãnh nhận từ Chúa nhân lành.” (1Cr 4:7) Nhờ tâm niệm như thế, đời sống tôi trở nên sâu sắc, vững chắc và an lạc. (LM Giuse Việt, O.Carm.)

8. Nếu có thể vượt qua, bạn thắng; nếu không thể, vậy hãy ngoan ngoãn lui về làm một người bình thường đi! Cái gọi là thành công, không phải là nhìn xem bạn thông minh bao nhiêu mà là bạn có thể mỉm cười vượt khó những cửa ải khó khăn hay không?

9. Tài giỏi chớ khoe khoang, Giàu Sang chớ kên kiệu. Học bao nhiêu vẫn thiếu. Hiểu bao nhiêu chẳng thừa. Nhân đức không bán mua. Được thua không nản chí.

10. Ước mong mỗi người tín hữu biết sử dụng các phương tiện truyền thông với đức tin, trong sự tuân phục sự hướng dẫn của Chúa Thánh Thần, góp phần cổ võ nền văn hóa gặp gỡ và tích cực loan báo tin vui bình an yêu thương.

11. Nếu có thể vượt qua, bạn thắng; nếu không thể, vậy hãy ngoan ngoãn lui về làm một người bình thường đi! Cái gọi là thành công, không phải là nhìn xem bạn thông minh bao nhiêu mà là bạn có thể mỉm cười vượt khó những cửa ải khó khăn hay không?

12. Phải, tôi là người tốt nhưng nếu bạn xúc phạm tôi nhiều lần thì mọi sự có thể thay đổi cách nhanh chóng.

13. Khi chúng con rơi vào cảnh ngộ trái ngang, nên nhân nhượng cầu toàn hay hăng hái chống trả?

-Buông xuống.

14. Những thứ mất đi, có nhất thiết truy đòi không?

-Những thứ mất đi, kỳ thực chưa bao giờ thật sự thuộc về con, không cần thương tiếc, càng không cần truy đòi.

15. Lý giải “vĩnh viễn” như thế nào?

-Người người đều cảm thấy vĩnh viễn rất xa, thật ra nó có thể ngắn ngủi đến nỗi con không hề nhìn thấy.

16. Cuộc sống quá mệt mỏi, làm sao nhẹ nhõm?

-Cuộc sống mệt mỏi, một nửa là do sinh tồn, một nửa là do dục vọng và tị nạnh.

17. Chúng con nên làm thế nào nắm giữ hôm qua và hôm nay?

-Chớ để quá nhiều ngày hôm qua chiếm cứ ngày hôm nay của con.

18. Đối với bản thân, đối với người khác như thế nào?

-Đối với bản thân tốt một chút, vì cuộc đời không dài; đối với người bên cạnh tốt một chút, bởi kiếp sau chưa chắc có thể gặp gỡ.

19. Người giải thích “lẽ phép” ra sao?

-Xin lỗi là chân thành, không sao là phong độ. Nếu con trao ra chân thành, nhưng không có được phong độ, thế thì chỉ có thể chứng tỏ sự vô tri và thô tục của đối phương.

20. Chúng con làm thế nào xác định mục tiêu của mình?

-Nếu con biết đi đâu, cả thế giới sẽ nhường đường cho con. (Nguồn: hoitho)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 104: ÁNH SÁNG

1. ĐỪNG QUÊN, Điều quan trọng nhất trong cuộc đời: Thiên Chúa. Đáng vẻ đẹp đẽ nhất: Nụ Cười. Tài sản lớn nhất: Đức Tin. Quyền Năng lớn nhất: Tình Yêu. Vũ khí lớn nhất: Lời cầu nguyện.

2. Chỉ có giữ cho tâm hồn mình luôn trong sáng và bình yên mới giúp ta hạnh phúc và đem hạnh phúc đến cho người khác.

3. Hãy cầu nguyện rồi quên đi, đừng cố gắng và ép buộc mọi sự xảy ra. hãy tin vào Chúa để Ngài mở đúng cái cửa vào đúng thời điểm.

4. Lấp đầy tâm trí bạn với chân lý; lấp đầy trái tim bạn với tình yêu; lấp đầy cuộc đời bạn với sự phục vụ.

5. Cõi lòng con người sẽ mãi mãi là một sa mạc cằn cỗi nếu nó không được vun xới và tưới bằng cố gắng, phấn đấu, hy sinh và tình yêu.

6. Dùng mạng sống để kiếm tiền, nhưng tiền lại không mua lại được mạng sống. Dùng hạnh phúc để đổi lấy tiền, nhưng tiền lại không mua lại được hạnh phúc. Dùng thời gian để kiếm tiền, nhưng tiền lại không mua lại được thời gian. Cho dù dùng cả cuộc đời để có được tất cả tiền bạc của cả thế giới, nhưng tiền bạc của cả thế giới cũng không mua lại được cuộc đời của bạn.

7. Vậy nên những lúc nên làm việc thì hãy làm việc, những lúc nên nghỉ ngơi thì hãy nghỉ ngơi. Vui vẻ làm việc, tận hưởng cuộc sống, trân quý tất cả những gì mà mình có được. Hãy yêu thương những người mà bạn yêu thương, vui vẻ mà sống trọn từng ngày.

8. Sống một ngày vui vẻ là sống một ngày, sống một ngày không vui vẻ cũng là sống một ngày. Vậy tại sao chúng ta lại không trân quý hết thảy, vui vẻ mà sống trọn một ngày chứ!

9. Khi bạn không tìm được ánh sáng mặt trời, hãy là tia sáng mặt trời.

10. Hãy tự khuyến khích chính mình, tự tin và yêu mình. Đừng bao giờ nghi ngờ khả năng của mình.

11. Các con thân mến, "Fiat Lux," tiếng La-tinh và "Let there be light," tiếng Anh là khẩu hiệu của trường chúng ta. "Để có ánh sáng" thì bản thân các con phải là ánh sáng. Ánh sáng đó nằm trong trí óc các con, nằm trong trái tim các con. Ánh sáng đó có khi bị che giấu không ai thấy, nhưng hôm nay, ánh sáng ấy rực rỡ, ai cũng thấy và ai cũng chiêm ngưỡng. Bởi vì hôm nay các con tốt nghiệp! (Quyên Di)

12. Tôi mỉm cười chẳng phải vì tôi mạnh mẽ hơn các vấn đề của tôi. Tôi mỉm cười vì Chúa của tôi mạnh mẽ hơn những vấn đề của tôi. Amen.

13. Đời sống là một vòng luẩn quẩn gồm có hạnh phúc, buồn sầu, thời điểm khó khăn và thời điểm vui vẻ. Nếu bạn đang gặp khó khăn thì hãy có đức tin rằng mọi sự tốt lành đang đến với bạn.

14. Thánh Tôma giải thích: "Đôi khi việc nhận biết được suy nghĩ người khác không chỉ đến từ một hành động bên ngoài, mà có thể đến từ một sự thay đổi đơn giản trên khuôn mặt; Và như các thầy thuốc có thể bắt mạch từ cổ tay để biết được chắc chắn những chứng bệnh của tâm hồn" (I, 57, 4).

15. Sau đó các con lại xuống thuyền, lần này không phải là chiếc thuyền chung, mà là chiếc thuyền riêng của mỗi con. Các con sẽ ra khơi, đem theo "Ánh Sáng" của chính mình để thắp sáng những nơi các con đến. Biển rộng mênh mông đang chờ đón các con. Những nơi cần ánh sáng đang mong đợi các con. Mỗi con sẽ lái chiếc thuyền của mình theo những hướng khác nhau để thắp sáng những nơi khác nhau. (Quyên Di)

16. Dù cho khi còn nhỏ bạn đã trải qua nhiều ảnh hưởng tiêu cực nhưng luôn nhớ hãy lạc qua, hy vọng và tin nơi chính mình.

17. Đức Thánh Cha Phanxicô từng nói: "Tiếng khóc trẻ con là tiếng nói của Chúa, đừng đem các em ra khỏi nhà thờ!" Chẳng lẽ tiếng Chúa lại gây cho người lớn phiền phức trong khi thờ lạy Người sao?

18. "Chớ khinh một ai trong những kẻ bé mọn này: vì Thầy bảo cho anh em biết, thiên thần của họ ở trên trời hằng chiêm ngắm Thánh Nhan Cha Thầy, Đấng ngự trên trời" (Mt 18,10).

19. Cha J.B. Roux, một vị Linh mục thừa sai Paris tại Huế và cũng là một nhà viết sử, trong cuốn sách của ngài đã được dịch ra tiếng Việt với tựa đề "Huế Cổ, Vết Tích Đạo và Đời", đã viết:

"Tang thương tràn cả đất thiêng, Nơi tình chỉ để cho duyên đạo lành,

Dõi nhìn với cả lòng thành, Mới hay tro bụi long lanh phúc trời,

Mới hay dưới những rụng rơi, Hồn thiêng tử đạo, làn hơi sinh thành”.

20. Giống như các con đã bước chân vào khuôn viên đại học UCLA qua những lối vào khác nhau, bây giờ bước xuống cuộc đời, các con cũng sẽ phục vụ xã hội trong những lãnh vực khác nhau. Dù các con sẽ phục vụ trong lãnh vực nào, thầy cũng chúc các con thành công và có một tương lai tươi sáng. Và dù các con sẽ phục vụ trong lãnh vực nào, cùng nhau, chúng ta chung tay phục vụ Cộng Đồng Người Mỹ Gốc Việt của chúng ta. Chúng ta cũng cùng nhau nhớ đến dân tộc Việt Nam chúng ta ở bên kia bờ đại dương. (Quyên Di)

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 105: BÌNH AN

1. Vâng, cái chết của Chúa Giêsu cứu chuộc nhân loại là ngôn ngữ mạnh mẽ nhất nói lên tình thương cao sâu của Chúa Giêsu. Đó là Mầu Nhiệm thâm sâu của Tình Yêu Thiên Chúa.
2. Đức Giáo Hoàng nhắn mạnh: “Trẻ con khóc, làm ồn, chạy bên này, chạy bên kia. Nhưng vì sao lại khó chịu khi trẻ con khóc trong nhà thờ và đem chúng ra khỏi nhà thờ? Tiếng khóc của trẻ em là tiếng nói của Chúa: đừng đem chúng ra khỏi nhà thờ.”
3. Cha JB Roux viết: “Ở Rôma, nơi mà ngày ngày bao khách hành hương mắt nhoà lệ, chân run run, kính cẩn chạm môi hôn lấy bụi đường, chỉ vì nơi đó xưa kia, các tông đồ và các vị tử đạo đã đi qua. Thì ở đây, nhờ những khổ đau và máu của cha ông các bạn, cả một đạo quân vinh thắng của Đức Kitô đã rảo bước, Huế của các bạn được biết đến với những địa danh rành rành lại càng đáng được quý trọng biết bao!”
4. Chúng ta có thể chạm vào gấu áo Đức Ki-tô. Chúng ta có thể dâng Thánh lễ. Trong bí tích Thánh Thể, một cách không giải thích được, chúng ta được trao ban bình an và sức mạnh vì trong nghi lễ đó, Thiên Chúa ôm chặt chúng ta vào quả tim Ngài.
5. Đôi khi, bạn phải cúi đầu, dâng một lời cầu nguyện và chịu đựng để cơn bão đi qua.
6. Kẻ khiêm nhường sẽ nhìn thấy Chúa làm việc và họ sẽ vui mừng. Hãy để những ai đi tìm sự giúp đỡ của Chúa đều được an ủi khích lệ. (TV 69;32)
7. Thiên Chúa bảo vệ tôi rất nhiều lần mà tôi không đếm được. Vì thế tôi chỉ có thể tưởng tượng những lần mà tôi được Chúa cứu và những lần mà tôi không hề biết. Cảm tạ Chúa luôn ở đó, ngay cả những khi con không biết. Amen.
8. Lạy Chúa, con không hoàn hảo. Con quên không cầu nguyện và có những lần con mất bình tĩnh, nổi nóng. Nhưng con cảm ơn Chúa vì Ngài luôn yêu thương con và cho con mỗi ngày mới để bắt đầu lại.
9. Đừng lo âu, đừng căng thẳng, đừng cố gắng tìm cho ra. Hãy dâng lên cho Chúa và đặt niềm tin thác nơi Chúa. Amen.
10. Càng ít liên hệ đến các bi kịch, thì bạn càng có bình an trong cuộc đời bạn.
11. ĐTC kết luận rằng: “Ai liều, thì Chúa không làm cho họ thất vọng. Chúng ta hãy tiến bước, cùng nhau tiến bước, để cho Tin Mừng trở thành men có thể động viên tất cả và mang lại cho các dân tộc chúng ta niềm vui của ơn cứu độ”.
12. Trong Thánh Thể, Thiên Chúa đóng chức năng bà mẹ. Thiên Chúa bồng lên; bồng những đứa con đang sợ hãi, mệt mỏi, bất lực, than van, chán nản và phản kháng, ôm chúng ta vào lòng mãi cho đến khi chúng lắng dịu, bình an, bớt căng thẳng, đến khi sức mạnh tuôn chảy trong chúng ta. (Nguồn: Phanxico)

13. Khi đôi tay tôi không thể đụng chạm tới những người gần với trái tim tôi thì tôi luôn ôm ấp họ với lời cầu nguyện của mình.

14. Đừng bỏ đi những điều mà bạn hằng mong ước nhất để có được những gì mà bạn muốn lúc này.

15. Những người mà bạn luôn nhớ đến là những ai làm cho bạn cảm thấy mình được yêu trong khi bạn đang mang tâm trạng buồn thảm nhất.

16. Đừng mất hy vọng và “dám mơ ước, bởi vì cuộc sống của anh em không được ghi dấu bằng lỗi lầm của anh em, nhưng bởi các giấc mơ của anh em và Thiên Chúa mơ ước với anh em.”

17. Hứa đi bạn, đừng bao giờ gục ngã. Dù thế nào cũng cố gắng lên nha. Dù phía trước là chông gai vất vả. Tôi tin rằng rồi bạn sẽ vượt qua.

18. Bạn hữu là điều dễ thương nhất mà bạn có thể có. Khi bạn kết bạn với người khác thì đó là một trong những điều tốt nhất.

19. Tình yêu có quyền năng để chữa trị, chữa lành, trấn an, thay đổi và hiệp nhất. Hãy dùng quyền năng này một cách thường xuyên.

20. Nhìn lại để tha thứ, nhìn trước mắt để hy vọng, nhìn xuống để có lòng thương xót trắc ẩn và nhìn lên để tạ ơn Chúa.

PS: Xin cảm ơn các tác giả có những lời được trích đăng trong bài này. Cùng nhau, chúng ta xây dựng một tương lai tốt đẹp và thánh thiện hơn. (KH)

Tôi định dừng lại ở bài thứ 100 nhưng sao lòng cứ mãi muốn đọc, dịch và chia sẻ những lời hay, ý đẹp. Thôi thì cứ "gửi gió cho mây ngàn bay". May ra có ai cần được Chúa an ủi và chữa lành chăng?

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 102: NGUYỄN CẦU

1. Đừng chiếu sáng để những người khác có thể thấy bạn. Hãy toả sáng để qua bạn, những người khác có thể thấy Chúa!

2. Thánh Grêgôriô Cả nói rằng: “Sở dĩ Chúa muốn giữ kín giờ sau hết của chúng ta, là để chúng ta không dự đoán được, thì ngày nào cũng phải sống như ngày cuối đời”.

3. Không phải là những gì mà chúng ta có trong đời, mà là những ai mà chúng ta có trong cuộc đời của mình.

4. Hỡi những ai đang cầu nguyện cho tôi, xin đừng ngừng lại vì lời cầu của các bạn đang có kết quả.

5. Con muốn vinh danh Thiên Chúa? Hãy dự Thánh Lễ.

Con muốn cảm tạ Thiên Chúa? Hãy dự Thánh Lễ.

Con muốn cầu xin Thiên Chúa? Hãy dự Thánh Lễ.

Con muốn yêu mến Thiên Chúa? Hãy dự Thánh Lễ.

Con muốn cứu nhân loại? Hãy dự Thánh Lễ.

Chúa Giêsu đã làm như vậy.

6. Đôi mắt chúng ta được đặt để nhìn về phía trước bởi vì điều quan trọng là nhìn về đằng trước chứ không nhìn về đằng sau.

7. ĐGH Phanxico nói: “Xin hãy tiếp tục nói về một phần của thực tế, tạ ơn Thiên Chúa, vì phần ấy vẫn chiếm phần lớn nhất. Thực tế là vẫn còn nhiều người không nhượng bộ với sự thờ ơ, còn nhiều người xông pha đương đầu với bất công, nhưng vẫn còn những người kiên nhẫn xây dựng trong im lặng.” (Romereports: Đình Ngọc SJ)

8. Chúa không xua đuổi trẻ em, Đức giáo hoàng cũng không xua đuổi trẻ em, vậy thì chúng ta cũng đừng xua đuổi trẻ em. Kéo tội nghiệp chúng và tội nghiệp chính chúng ta.

9. Xin hãy cầu nguyện cho linh mục Công Giáo vì ngài có một sứ vụ quan trọng nhất trên thế giới. Ngài còn có kẻ thù quý quyết cố gắng ngăn trở việc của ngài. Liệu bạn có thể giúp ngài trong ơn gọi của ngài không? Xin hãy cầu nguyện cho các linh mục của chúng ta!

10. Với Cha JB Roux, đất Huế là đất mà phúc trời long lanh trong mùn cát, trong bụi đường. Đất mà hồn thiêng các vị cha ông tử đạo của chúng ta đã trở thành làn sinh khí hà hơi sự sống đức tin cho bao thế hệ cháu con. Mỗi hành cây ngọn cỏ bên đường, như vẫn còn thắm mãi màu đỏ máu, máu đào của các anh hùng đức tin kiên trung. Vì thế, một lần đến Huế là một lần hành hương về đất thánh, một lần trở lại xứ Thần Kinh, là một lần kính viếng thánh địa của bao đấng anh hùng.

11. Xin cho mọi người luôn hiểu rõ rằng chỉ nơi Thập Giá, con người mới được cứu rỗi. Mọi gia đình cần chạy tới Thánh Tâm Chúa Giêsu và luôn biết nhìn lên Thập Giá Chúa Giêsu vì nơi Thập Giá, chúng ta mới bắt gặp được sự An Bình thực sự."

12. "Trong hội ngộ đã có màu ly biệt (*), Trong trùng phùng đã thấy lúc ra đi.

Thì người hỡi, sống và yêu tha thiết, Ngày hôm nay, đừng đợi buổi biệt ly." (Quyên Di)

13. Kitô giáo hẳn không phải là thế. Đức Giêsu, Con Thiên Chúa, đã khai mở Nước Thiên Chúa trên trần gian không phải chỉ bằng việc rao giảng như một thầy dạy, mà còn bằng việc chữa bệnh thân xác như một thầy thuốc. (LM Vũ Thế Toàn)

14. Chúa có 3 câu trả lời cho lời cầu nguyện của bạn: 1. Được, 2. Chưa được. 3. Ta có những điều tốt đẹp hơn trong tâm trí Ta.

15. “Vội đến, vội đi, vội nhạt nhòa, Vội vàng sum họp vội chia xa.

Vội sinh, vội tử, vội một đời, Vội cười, vội khóc vội buồn loì."

16. “Lạy Chúa, con như người thợ dệt, đang mãi dệt đời mình, bỗng nhiên bị tay Chúa cắt đứt ngay hàng chỉ.” (Is 38,12)

17. Món quà lớn nhất mà bạn có thể trao ban cho người khác là thì giờ, tình yêu và sự chú ý của bạn.

18. Lạy Chúa, xin cho Vương Quốc Chúa đến trong cuộc đời con vào ngày hôm nay. Tất cả những chương trình tốt nhất và những nỗ lực tốt nhất của con đều thất bại. Con xin Chúa ban cho con cách thức của Ngài. Con đang chờ đợi sự hướng dẫn của Ngài. Amen.

19. Đức tin là tin vào những gì mà bạn chưa thấy. Phần thưởng cho đức tin này là bạn thấy những gì mà bạn tin. (St. Augustine thành Hippo)

20. Khi gặp bế tắc trong cuộc sống hãy nghĩ đến 8 điều này:

1. Không một ai khôn lớn mà chưa từng trải qua nỗi đau.
2. Tất cả mọi thứ trong cuộc sống đều là tạm bợ.
3. Lo lắng và phàn nàn không thay đổi được gì.

4. Vết sẹo của bạn là biểu tượng của sức mạnh.
5. Cuộc đời là một chuỗi những ngày đấu tranh.
6. Bạn không cần quan tâm đến sự tiêu cực của người khác.
7. Điều gì đến sẽ đến.
8. Điều tốt nhất bạn có thể làm là tiếp tục bước đi.

PS: Xin cảm ơn các tác giả có những lời được trích đăng trong bài này. Cùng nhau, chúng ta xây dựng một tương lai tốt đẹp và thánh thiện hơn. (KH)

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 107: YÊU

1. Phải cần một bác sĩ để chẩn bệnh cho bệnh nhân, nhưng chỉ cần một người bạn để nhận ra nỗi đau khổ của người bạn mình. Tôi cảm nhận được niềm đau của bạn, hơi người bạn của tôi. Bạn hãy mau lành bệnh nhé...
2. Điều tốt và đẹp nhất trên thế giới không thể nhìn hay đụng chạm, mà cần được cảm nhận với trái tim. (Helen Keller)
3. Hãy cầu nguyện ngay cả khi kẻ thù cố gắng đe dọa bạn. Ngay cả khi bạn cảm thấy tai hoạ gần kề và có nỗi kinh hoàng lớn lao. Chúa sẽ chiến đấu cho bạn. Đừng sợ, có Cha ở đây !
4. Dù cuộc đời bạn tốt hay xấu, mỗi buổi sáng khi thức dậy hãy ngợi khen và cảm tạ Chúa vì mình vẫn còn sống.
5. Hỡi các người đang mơ của thế giới, hãy thức giấc, vùng lên, và nói với mình: "Ngôi sao của tôi đang bay cao!"
6. Người già sợ nhất cảnh cô đơn nên nếu các con đã hiểu thì hãy thương cho tròn. Tình thương ấy không đánh đổi bằng tám ngàn phiếu kịch xù hay quà bánh đắt tiền mà chính là... thời gian. Một lúc nào đó trong ngày mà các con thấy trống vắng thừa thãi thì hãy mang đến tặng Bố giờ phút vô nghĩa ấy! Bản chất nó vô giá nhưng lại vô cùng quý báu nếu chia sẻ đúng đối tượng... Con dư biết, sáng chiều Bồ lủi thủi hết ngồi lại nằm, cô đơn bên cạnh một người trả công chỉ biết im lặng canh chừng.
7. "Các bằng hữu ơi, cần phải ghi nhớ chúng ta đều là những con người của cái thế hệ cuối cùng hiểu thuận với cha mẹ, lại cũng là những con người của cái thế hệ đầu tiên bị con cái bỏ rơi". Nghe ngậm ngùi quá đỗi! Vì đâu nên nỗi?
8. Thuốc giải độc hiệu nghiệm nhất để khử trừ điều giả dối trong các tin giả chính là kết hiệp với Đức Kitô và thực hiện Lời Ngài. Khi ấy, ta sẽ trở thành người đưa tin của Chúa Giêsu... Ai trong chúng ta cũng đều có thể trở thành người đưa tin của Chúa Giêsu.
9. Chúa Giêsu đã lên án gắt gao thái độ dối trá. Ngài nói: "Có thì nói có, không thì nói không, thêm điều đặt chuyện là bởi ma quỷ mà ra". Kẻ dối trá, do đó, tự đặt mình dưới quyền thống trị và điều khiển của ma quỷ.
10. Mỗi một thái độ dối trá là một hạt cát rơi xuống trên sa mạc của tình người. Nhưng mỗi một hành động của quảng đại, của yêu thương, của phục vụ là một ốc đảo xanh tươi của chân lý, đó là chân lý của tình yêu.(Đài Chân Lý Á Châu).
11. Tôi vẽ trái tim tôi trên cửa sổ với hy vọng bạn có thể nhìn thấy. Gửi cho bạn và Thiên Đàng tất cả tình yêu của tôi.
12. Từ miệng người bị quỷ nhập phát ra một trận chửi rửa như tát nước vào mặt linh mục trừ quỷ.

Bàng hoàng, ngạc nhiên và hầu như bối rối, vị linh mục cảm thấy ở trong tình thế phải im lặng trong giây lát. Nhưng không hiểu làm sao cha lấy lại được can đảm ngay, và cha mạnh dạn nói:

-Ta, linh mục của Chúa Kitô, ra lệnh cho mi dù mi là ai mặc lòng, nhân danh mầu nhiệm Nhập Thể, nhân danh cuộc Tử Nạn và Phục Sinh của Chúa Giêsu Kitô, vì sự Lên Trời của Ngài, vì việc Ngài trở lại để phán xét chung, ta ra lệnh cho mi phải ở yên, không được làm hại một tạo vật nào của Chúa, hay làm hại một người nào ở đây, và phải vâng lời tất cả những gì ta ra lệnh cho mi!.

13. Đối với nhiều người, tình bạn là cột nâng đỡ khi bị mất thăng bằng, là nơi ẩn núp khi bị tấn công, là tổ quốc cho người không quốc gia”(Anselm Grun).

14. Tình bạn biết trung tín trong mọi điều; trung thành trong mọi nghịch cảnh; trung kiên trong mọi thử thách; trung chính trong mọi nghi nan; trung hậu trong mọi phán đoán... một tình bạn xóa mọi khoảng cách của tuổi tác, giai cấp, trình độ, khả năng... để chỉ còn lại một tấm lòng và sự khôn ngoan chính trực cho nhau, giúp nhau đi sâu vào chính mình và những huyền nhiệm trong đời, như một chân trời thênh thang mời gọi khám phá không ngừng về chính mình để vươn lên những tầm cao của Chân-Thiện-Mỹ.

15. Cao quý và hạnh phúc biết bao có được một người bạn như vậy. Kinh Thánh cũng ca ngợi rằng: “Giá trị của người bạn ấy, không cân nào lường được.” (Hc 6, 15)

16. Tư tưởng về tình bạn còn chiếm ưu thế nơi các thi sĩ, các triết gia ở thế kỷ 18, như Voltaire đã từng nói: “Tất cả những cái trọng đại ở đời này không bằng một người bạn tốt”.

17. Không bao giờ rời nhà mà không hôn, ôm hôn và một lời nói: "Mẹ yêu con, anh yêu em..."

18. Lòng tử tế không phải trả tiền và đó là món quà quý báu và vô giá mà chúng ta cần tiếp tục ban phát.

19. Điện thoại của tôi giống như người yêu của tôi. Đó là điều cuối cùng mà tôi thấy trước khi đi ngủ, và là điều đầu tiên mà tôi nhìn thấy mỗi buổi sáng.

20. Dù bạn nghĩ cuộc đời tốt hay xấu, hãy thức giấc mỗi ngày và cảm ơn Chúa ban cho ta cuộc sống. Có những người khác ở nơi khác đang chiến đấu để sống sót.

PS: Xin cảm ơn các tác giả có những lời được trích đăng trong bài này. Cùng nhau, chúng ta xây dựng một tương lai tốt đẹp và thánh thiện hơn. (KH)

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 104: BẠN YÊU

1. GỬI HƯƠNG CHO NHAU: Có những người thương nhau mà chẳng được gần nhau, nhưng trái tim thì vẫn là của nhau mãi mãi. Vẫn nghĩ về nhau mặc thảng năm đầu dải, Như ngọc lan trắng ngọc lan vàng gửi hương cho nhau, đến mãi mãi về sau... (Quyên Di)

2. Những ai bảo vệ danh thơm của bạn khi bạn không hiện diện là những người bạn trung thành nhất mà bạn có thể có được.

3. Khi ta chết, cuộc sống không chấm dứt. Chúng ta được tái sinh giống như con bướm bướm.

4. Không có sự phong phú nào trên thế giới lớn hơn sự bình an trong tâm trí.

5. Lòng trắc ẩn là một hình thức lớn lao nhất của tình yêu nhân loại.

6. Mọi sự xảy ra đều có lý do. Lý do ấy làm cho thay đổi. Đôi khi đau đớn. Đôi khi rất khó khăn. Nhưng cuối cùng đều là điều tốt đẹp.

7. Nhiều Kito hữu bình luận rằng: "Chúa luôn có nhiều cách tuyệt vời để tỏ cho con người thêm niềm tin vào Ngài."

8. Khoảng cách giữa giấc mơ và thực tế được gọi là hành động.
9. Heinrich Zschoke viết: “Ai không có bạn thì người đó đi lang thang trên quả đất này như người xa lạ không nơi bám víu”.
10. Chateaubrian diễn tả: "Người ta tìm chỗ ẩn núp trong tình bạn với một quả tim tràn đầy trong một thế giới trống rỗng.”
11. Tình bạn trở nên nơi an bình, vì thế, ai cũng cần một khoảng không gian cho tình bạn.
12. Khi bạn quyết định rằng đời mình hạnh phúc thì mình được hạnh phúc.
13. Thời gian mà bạn hưởng hạnh phúc thì không phải là uổng phí.
14. Thật là khó khăn khi phải quên niềm đau, nhưng khó khăn hơn là phải nhớ đến điều ngọt ngào.
15. Có ít người thông minh mà được hạnh phúc.
16. Có 7 điều quan trọng: Giàu có mà không làm việc. Hưởng lạc thú mà không có lương tâm. Có kiến thức mà không có đức hạnh. Buôn bán mà không có luân lý. Thờ phượng mà không hy sinh. Có óc khoa học nhưng không có lòng thương nhân loại. Làm chính trị mà không có nguyên tắc.
17. Hạnh phúc là khi những gì bạn nghĩ hay nói và những gì bạn làm đều ăn khớp và hoà điệu với nhau.
18. Bạn sẽ không bao giờ hạnh phúc nếu bạn cứ tiếp tục đi tìm xem hạnh phúc gồm có những gì.
19. Bạn sẽ không có cuộc sống nếu bạn cứ đi tìm ý nghĩa của cuộc sống.
20. Không có gì tốt bằng sau khi cười lớn mà được thờ sâu và dài. Không có gì trên thế giới giống như khi đi tìm lý do chính đáng mà bị một cơn đau bao tử hành hạ.

PS: Xin cảm ơn các tác giả có những lời được trích đăng trong bài này. Cùng nhau, chúng ta xây dựng một tương lai tốt đẹp và thánh thiện hơn. (KH)

Kim Hà, 2019

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 109, TRẦN TĨNH

1. Tình bạn vững bền thì không cần phải nói chuyện hàng ngày. Không cần phải luôn ở chung với nhau. Khi mỗi liên hệ sống trong trái tim thì bạn hữu chân tình không bao giờ xa cách nhau.
2. Khi gặp bạn bè thì hãy nói về sức khoẻ, hạnh phúc và thịnh vượng cho họ nghe.
3. Mỗi con người đều có sự buồn phiền bí mật mà thế giới không biết, và thỉnh thoảng chúng ta gọi họ là lạnh lùng nhưng lúc ấy người đó chỉ là buồn bã thôi.
4. Nếu bạn mạnh mẽ thì không có sự gì có thể làm phiền sự bình an trong tâm trí bạn.
5. Tưởng niệm những ai sống một cuộc đời vĩ đại, can đảm và xác tín. Họ là những người chiến đấu, sống và chết để chống lại sự dữ của thế giới.
6. Chiếc xe bị thiêu rụi. Tất cả chỉ còn lại đồng tro đen nhưng duy nhất còn lại người ta tìm thấy trong chiếc xe là 1 QUYỀN KINH THÁNH. Người dân chứng kiến cho biết: "Tất cả tôi tìm thấy là một cuốn Kinh Thánh không bị hề hấn gì ngay chỗ ngồi trước xe. Điều này như là một phép lạ vậy. "
7. Hạnh phúc không phải là điều gì làm sẵn. Hạnh phúc đến từ hành động của riêng ta.
8. Hãy làm cho các bạn của mình cảm thấy có một điều gì tốt lành ở trong tâm hồn họ.

9. Hãy nhìn đến những điều tốt lành trong mọi sự và mọi người, và làm cho sự tích cực của bạn trở nên sự thật.
10. Mỗi phút giây bạn nổi giận là bạn đánh mất 60 giây hạnh phúc.
11. Yêu là ở trong tình trạng xem hạnh phúc của người yêu là quan trọng đối với chính ta.
12. Chỉ nghĩ đến điều tốt nhất, làm việc cho điều tốt nhất và kỳ vọng điều tốt nhất.
13. Luôn lạc quan và vui vẻ đối với sự thành công của những người khác giống như bạn lạc quan trước thành công của chính mình.
14. Hãy quên đi lỗi lầm của quá khứ và nhấn mạnh về thành quả của tương lai.
15. Đếm tuổi của bạn bằng số bạn hữu mà bạn có, chứ đừng đếm số tuổi của mình. Đếm cuộc đời bạn bằng những nụ cười, đừng đếm bằng những giọt nước mắt.
16. Cách cầu nguyện cao trọng nhất là đứng lặng yên trong sự kinh ngạc trước Thiên Chúa. (St. Isaac The Syrian)
17. Hãy luôn mang bộ mặt vui tươi ở mọi lúc và hãy luôn mỉm cười với mọi tạo vật đang sống mà bạn gặp gỡ hàng ngày.
18. Bạn có nhiều thì giờ để tu sửa bản thân thì bạn không có thì giờ để chỉ trích người khác.
19. Hãy nghĩ xem mình lớn để không lo âu, mình trần tĩnh để không nóng giận, mình mạnh mẽ để không lo sợ, mình vui tươi để không cho phép sự khốn khó có chỗ đứng.
20. Con đường này, giản đơn vô cùng. Nhưng có lẽ vì thế mà thăm thẳm vô cùng. Cứ hỏi, hỏi, hỏi, gieo mình vào cái Không Biết, gieo mình vào chốn Không Lời, về nơi Không Ngôn Ngữ Tư Tưởng, mở toang cho Lời Muôn Thuở "chiếm lĩnh" lấy mình. Vì thế, để sống con đường này, phải đầy sức sống mãnh liệt của Thánh Linh, phải buông mình cho Ngọn Lửa Thánh Linh để Lửa Thánh Linh bùng cháy thiêu đốt trọn vẹn tâm mình, lúc nào cũng như đã chết và lúc nào cũng sẵn sàng cho một cuộc Sống Lại!(LM Đặng San)

Kim Hà, 2019 sưu tầm và dịch thuật

LỜI HAY Ý ĐẸP, BÀI 110, LẠC QUAN

1. Về tôn giáo và tuổi thọ, ông Baldwin Way đã viết rằng: "Các tôn giáo thúc đẩy các thực hành nhằm giảm bớt căng thẳng như lòng biết ơn, cầu nguyện hoặc thiền, có thể cải thiện được sức khỏe". Baldwin Way đã xác minh rằng cầu nguyện làm giảm đi sự căng thẳng, giảm bớt nhịp tim và huyết áp. (Carissa Pluta)
2. Trong cuộc sống đời thường có biết bao trường hợp thương tâm xảy ra: hận thù, chém giết, chiến tranh, lừa đảo vv... Sở dĩ những chuyện đó xảy ra vì "con người thiếu yêu thương". Chúa mời gọi con người sống yêu thương, quên mình, hy sinh vì người khác miễn người khác có được hạnh phúc. Thánh Phaolô viết: "Chúa Giêsu đã yêu chúng ta, nên đã phó mình vì chúng ta" (Eph 5, 2).
3. Lên trời, như "ngày mừng công" thôi. Mừng công cho cái chết xả thân vì yêu thương đến cùng, nên sống lại vô cùng. Lên trời, cũng chỉ là Phục Sinh. Và Lên trời, tưởng chừng xa thăm thẳm, mất hút. Nhưng thực ra, ngược lại, lên trời hay Phục Sinh là nhấn mạnh rằng đang siêu việt mọi biên vực, siêu việt mọi giới hạn, siêu việt mọi khoảng cách. Mà gần, quá gần, tan vào trong nhau, hoà một, nhập vào nhau. Như thế trở nên nhau.(LM Đặng San)
4. Ai trong chúng ta có lẽ cũng hơn một lần chạm trán với tử thần hay kinh qua những giờ phút đen tối trong cuộc sống... Những người không có niềm tin thường sợ hãi bối rối vì không biết những gì đang chờ đợi mình bên kia cuộc sống. Những người có niềm tin hẳn không là những con người không biết sợ hãi, nhưng họ tin rằng bên cạnh họ luôn có Đấng che chở phù trợ họ.

5. Khi đau khổ xin đừng bỏ cuộc, xin đừng mất niềm tin vào Thiên Chúa quan phòng và yêu thương. Với tâm thế ấy, chúng ta cầu chúc cho nhau có thể vượt qua những đau khổ ở đời này. Đừng trách đau khổ vì nó không có lỗi. (Giuse Phạm Đình Ngọc SJ)

6. “Thà thấp lên một ngọn nến, hơn là nguyên rửa bóng đêm.” (Eleanor Roosevelt).

7. “Vĩ thử đường đời bằng phẳng cả, anh hùng hào kiệt có hơn ai.” Phan Bội Châu:

8. “Hãy ký thác đường đời cho Chúa, tin tưởng vào Người, Người sẽ ra tay.” (Tv 37,5).

9. Một con người cần có 3 điều để thật sự hạnh phúc trong thế giới này: có người để yêu, có việc để làm, và có niềm trông cậy.

10. Mỗi Thánh Lễ, cử hành Cái Chết và Phục Sinh của Thầy, càng là lúc "ở trong" Lời Nguyên Thủy, Lời Sáng Tạo, Lời Sự Thật Sự Sống trong Huyền Nhiệm Lặng Im vô biên đó! Nhưng quả thật, nhất là ngày nay, thật khó sống giản đơn đến cùng, lặng yên đến cùng, về trong Mẫu Nhiệm đến cùng! (LM Đăng San)

11. Mỗi lần tôi nghe một nhà truyền giáo nhấn mạnh về mối tương quan cá nhân với Chúa Giê su Kito, tôi cảm tạ Chúa vì tôi là người Công Giáo. Chỉ trong Thánh Lễ tôi nhận được Minh, Máu, linh hồn và Thần Tính của Chúa Giêsu. Đó chính là mối tương quan cá nhân rồi. (LM William Casey)

12. Đức tin không phải chỉ tin rằng Chúa có thể làm mà là biết rằng Chúa sẽ làm.

13. Và dường như, dường như, tất cả mọi người, tất cả vũ trụ, sao lớn lao đến vô tận vô biên đến thế.

14. Hãy nghĩ tốt về mình và tuyên xưng điều ấy cho thế giới, không phải bằng lời nói đồng dục mà bằng hành động dũng cảm.

15. Sống đức tin thì cả thế giới cũng về phía bạn nếu bạn chân thành hết mình.

16. Nếu trong chúng ta có nhiều người đánh giá cao thức ăn, niềm vui và bài hát trên cả vàng bạc thì thế giới này sẽ vui vẻ hơn.

17. Khi còn thơ ấu, bạn rất cần cha mẹ mình. Cha mẹ bạn rất cần bạn khi họ về già.

18. Không hiểu sao nhìn hai bàn tay, tôi cứ hình dung ra rõ mồn một hai con người, hai cảm xúc trong một hình hài. Đau hận, căm uất giữ lại cho mình. Thương yêu, che chở, phía trái tim là dành cho người thương yêu.

19. Tình yêu của tôi. Mơ ước của tôi. Tinh chất của tôi. Cá tính của tôi...

Tôi xin chấp nhận đắng cay và chôn chặt đáy tâm hồn.

Tôi tin cây tâm hồn tôi tồn tại trên thế gian này bằng nhiều nụ hoa tinh khôi. (Trâm Hương, Vũ Thành An)

20. Hãy yêu thương cha mẹ mình. Chúng ta bận rộn trưởng thành nên thường quên rằng cha mẹ trở nên già nua.

Kim Hà sưu tầm và dịch thuật, 2019