

Suy Gĩm

Thái Lan

=====

Bạn tĩt sẽ đĩn với ta khi ta gọi họ,

và khi ta khĩn cùng.. họ tự đĩn

Nguĩn: vĩdanh – TháiLan dịch

=====

1/- NHỮNG ĐIỀU KHÔNG NÓI RA SẼ LÀM HẠI TA...

Bạn có biĩt những điĩu không nói ra sẽ đi vĩ đâu không?

Điĩu gì bạn muĩn làm nhưng đã không thực hiện sẽ đi đâu?

Những cĩm giĩc bạn tự kĩm chĩ sẽ trôi đi đâu?

Ta mong muĩn biĩt bao những việc này sẽ đi vào lĩng quên, nhưng bạn biĩt không, những điĩu không nói ra sẽ chĩt chứa trong chúng ta và làm cho tâm hĩn ta tràn đĩy tiĩng kêu thĩm lĩng. Những điĩu không thĩ lộ biĩn thành nĩi trĩn trĩ, thành nĩi đau đĩn.

Những điĩu không nói ra biĩn thành nĩi luyĩn tiĩc, thành giờ khĩc lĩng trôi. Những điĩu không nói ra trĩ thành bĩn phĩn, thành nợ ĩn. Những lời nói không đĩc thĩt lĩn sẽ chuyĩn biĩn thành sự tĩc đĩat, thành nĩi buĩn đau, thành sự bĩt bĩnh.

Những điĩu không nói ra sẽ không tự nó biĩn mĩt, mà trái lại giĩt hại chĩnh ta..

Nguĩn: lesmotspositifs– TháiLan dịch

2/- NHỮNG PHÚT GIÂY HẠNH PHÚC:

1. Có được Tình Yêu.
2. Cười đôn thọt cợt ruột.
3. Khi trèo vịn từ kỳ nghẹn tiếng hè nhìn thấy một núi thư từ.
4. Lái xe đến một nơi ngập tràn phong cảnh tuyệt đẹp.
5. Bất chợt nghe được bài hát yêu thích trên sóng phát thanh.
6. Nằm trên giường lắng nghe tiếng mưa rơi rích.
7. Quấn mình vào tấm khăn nóng ấm khi vừa từ bồn tắm ra.
8. Thành công vào kỳ thi vừa qua.
9. Tham gia vào một cuộc bàn luận quan trọng.
10. Tìm được tiếng trong túi quần từ lâu không xỏ dụng.
11. Thường thức bữa ăn ngon với bạn bè
12. Vô tình nghe được người khác khen mình
13. Thức giấc nửa đêm và nhận ra rằng mình còn có thể ngủ thêm được vài tiếng nữa.
14. Nghe được bài hát gợi nhớ một người.
15. Nhận và trao nụ hôn đầu tiên.
16. Tim rộn ràng khi gặp lại người xưa.
17. Nhìn thấy những người yêu thương ngập tràn hạnh phúc.
18. Quàng trên vai chiếc áo của người yêu còn vương mùi nước hoa của họ
19. Đến thăm người bạn cũ và nhận thấy rằng tình bạn xưa vẫn

không phôi pha

20. Nghe lời yêu thương từ người yêu.

3/-HƯƠNG VỊ CUỘC SỐNG

Trong suốt cuộc đời tôi, có một thứ gia vị rất hiếm, tôi tìm được một cách thật bất ngờ,

Thậm chí tôi cho rằng do Thượng Đế ban phát.

Chợt bột màu nhiệm yêu thay đổi đời sống hàng ngày của tôi

thành tia mặt trời mỗi khi được rắc lên một vụn đời nan giải,

một phương cách tìm ra quyết định

Và tôi là kẻ may mắn phi thường đã sở hữu được

chợt màu nhiệm yêu!

Nhưng khi tôi phải vượt qua những chận đường gian nan,

Khi cái thường nhật khiến tôi đau đớn,

Khi mọi thứ đã quá sức chịu đựng, và tôi cần đến lòng can đảm và nghị lực

Đôi đôi mắt với một ngày mới sắp khởi đầu

Và mọi việc vốn phải được tiếp diễn

Cho dù thời gian làm gián đoạn,

Lúc yêu chợt gia vị màu nhiệm của tôi

sẽ đến làm tăng hương vị cho chuỗi ngày của tôi để tôi có thể hiểu biết

và lắng nghe một cách tích cực.

Hương thơm của chợt yêu trợ lực cho tôi, sức mạnh của hương vị

dịu dẹt tôi,

mùi vị thơm lừng ấy bao vệ tôi.

Lời chúc tuyệt vời nhất tôi có thể gửi đến bạn

đó là tìm được chút bột kỳ diệu ấy,

và đem truyền bá cùng với tình yêu thương.

Hương vị cuộc sống ấy được mang tên:

“Tình bạn”

Nguyên: Louise B.Giroux – Thái Lan dịch

=====

4/- LÀM GƯƠNG CHO TRẺ

Nếu chung quanh đứa trẻ toàn là chê bai chửi trích...

Nó sẽ học cách chê trách.

Nếu như em sống giữa những thù hận gây hấn...

Nó sẽ học cách khiêu khích.

Chung quanh em chỉ là lời chê giễu...

Em sẽ học tính rụt rè.

Nếu quanh em toàn là điếu hèn thẹn...

Em sẽ học cách cậm thẹn tội lỗi.

Nếu em ở giữa lòng khoan dung...

Em sẽ học cách nhún nhường.

Nếu quanh em toàn là cạm vũ khích lệ...

Em sẽ học cách hành động.

Quanh em đầy những tán tụng khen thưởng...

Em sẽ học cách ngợi khen.

Sống giữa những người trung thực...

Em sẽ học ứng xử công bằng.

Nếu em luôn được bảo bọc an toàn...

Em sẽ học cách tin tưởng.

Nếu em gặp toàn là sự tán thưởng...

Em sẽ học cách chấp nhận con người của mình.

Nếu quanh em toàn là tình bạn thân thiết...

Em sẽ học cách yêu thương cuộc đời.

Theo Dorothy Law Nolte - Thái Lan - Nữ Lan dịch

=====

5/- MƯỜI BA ĐIỀU RĂN CHO CUỘC SỐNG

- Khiêm tốn lớn nhất: Sự Sợ hãi
- Ngày đẹp nhất: Hôm nay
- Điều dễ thực hiện nhất: Bị Sai sót
- Lạm lớn tai hại nhất: Từ bỏ
- Khuyết điểm lớn nhất: Lòng Ích kỷ
- Môn giỏi trí hay nhất: Công Việc.
- Sự phá sản tệ hại nhất: Nợ chỉ
- Thầy cô giỏi nhất: Con cái.
- Nhu cầu quan trọng nhất: Lương tri

-Cảm xúc hèn hạ nhất: Lòng ghen tị

-Món quà đẹp nhất : Sự tha thứ

-Tri thức rộng lớn nhất : Thương Đ

-Điều đẹp nhất trên đời: Tình yêu.

Bonheur –TháiLan-NữLan dịch

=====

6/-TÔI SẼ TIẾP TỤC TIN TƯỞNG, CHO DÙ...

Tôi sẽ tiếp tục tin tưởng, cho dù mọi người mất hy vọng.

Tôi sẽ tiếp tục yêu thương, cho dù người khác tôi luyện lòng hận thù.

Tôi sẽ tiếp tục xây dựng, cho dù người khác phá hủy.

Tôi sẽ tiếp tục nói đến hòa bình, ngay cả khi cuộc chiến đang diễn ra.

Tôi sẽ tiếp tục soi sáng, ngay cả khi đang ở trong bóng tối.

Tôi sẽ tiếp tục gieo hạt giống, cho dù người khác dẫm đạp lên vụ mùa đang thu hoạch.

Và tôi sẽ tiếp tục kêu lên, cho dù người khác im lặng.

Và tôi sẽ vẽ nụ cười lên những gương mặt đầy nước mắt.

Và tôi sẽ mang niềm an ủi đến , khi họ đang đau đớn. Và tôi sẽ ban tặng hình thái niềm vui ở chốn đau buồn.

Tôi sẽ mời gọi kẻ quyết định ngưng cuộc chơi hãy tiếp tục bước đi...

Và tôi sẽ dang đôi tay ra để đón những người nhận thấy mình đã

kiệt sức

Bởi vì ngay trong cơn sững nảo, lúc nào cũng có một đứa trẻ đang nhìn ta, đôi mắt tràn đầy hy vọng, đang trông chờ ta sẽ làm gì cho bé, và ngay cả khi ta đang bị sững nảo buồn phiền ray rứt, từ nơi nào đó ánh mặt trời sẽ luôn lóe sáng lên và ngay ở giữa sa mạc khô cháy một cành cây sẽ mọc lên.

Bên cạnh ta sẽ luôn có một con chim cất tiếng hát cho ta, một đứa trẻ mỉm cười với ta và một con bướm khoe sắc làm quà cho ta ngắm.

Nhưng...nếu một ngày nào đó bạn thấy ta không còn bước đi nữa, ta không còn mỉm cười hoặc ta trở nên im lặng, bạn chỉ cần đứng gần ta và tặng cho ta một nụ hôn, ôm ta trong vòng tay của bạn hoặc chỉ cần bạn cho ta một nụ cười, bạn ạ.

Như thế là đầy đủ đối với ta rồi, vì chắc chắn ta quên rằng cuộc đời đã áp chế ta và đã bắt gặp ta như thế trong một phút giây nào đó.

Chỉ cần bạn thấy hiện một động tác là ta đã có thể quay trở lại con đường ta đang đi..

Hãy nhớ nhé...

Khuyết danh (ALEXANDRE LECOILLARD SUU TAM)

Thái Lan chuyển ngữ

=====

7/-CHỈC QUÂN ƯỚT

Bạn hãy cùng đến với tôi ở một lớp 3...

Có một cậu bé chín tuổi đang ngồi ở bạn học, và bỗng nhiên, kỳ lạ chưa, một vũng nước xuất hiện ở dưới chân cậu và phía trước quần thì bị ướt. Cậu ta nghĩ rằng tim mình sẽ ngừng đập một thời vì cậu không thể nghĩ ra tại sao lại có tình huống này.

Trước đây chưa bao giờ xảy ra, và cậu biết rằng một khi bạn bè phát giác ra được thì chúng sẽ không ngừng nói về điều kỳ. Rồi khi bọn con gái mà biết được, chúng sẽ mãi mãi không bao giờ chơi với cậu nữa.

Cậu bé nghĩ rằng tim mình sẽ ngừng đập; cậu cúi đầu và cầu nguyện: “Lạy Thượng Đế, đây là trường hợp khẩn cấp! Xin Ngài hãy cứu giúp con ngay bây giờ ạ! Chỉ trong vòng năm phút nữa thôi là con sẽ chết mất, thưa Ngài”

Cầu nguyện xong, cậu ta ngược nhìn lên và thấy cô giáo đứng; ánh mắt của cô cho cậu biết là cô đã phát hiện ra điều kỳ. Khi cô giáo bước về phía cậu, có một bạn nữ tên Susie cùng đi với cô và mang một chậu cá kiểng vàng, chậu đầy nước. Susie búng vộp ngay trước cô giáo và đổ chậu nước vào lòng cậu bé một cách khó hiểu.

Cậu bé làm bộ tức giận, nhưng trong khi nước đổ vào người, cậu thốt lên trong tâm “ Xin cảm ơn Thượng Đế! Xin cảm ơn Thượng Đế!”

Và bây giờ, bỗng nhiên thay vì là trọng tâm của sự chú ý, cậu bé trở nên đối tượng của lòng thương cảm. Cô giáo vội đưa cậu xuống phòng thủ dục và cho cậu mặc quần soóc trong khi chờ quần dài khô ráo. Tất cả bọn trẻ quỳ xuống và cùng lau dọn quanh bàn học của cậu bé. Sự cảm thông thật tuyệt vời. Nhưng một khi ta tìm thấy điều kỳ trong suốt cuộc đời ta, thì sự chú ý đáng lẽ cậu phải gánh chịu giờ đã chuyển sang người khác. -Susie.

Cô bé muốn đứng giúp các bạn, nhưng chúng bảo cô bé không nên nhúng tay vào. Bạn đã gây đủ rắc rối rồi, cô bé vụng về ạ!

Và, chiều đứng, giờ tan học, khi chúng đứng đợi xe buýt, cậu bé đứng thì thào với Susie “ Bạn đã cố ý làm như vậy, phải không?”

Susie cũng trả lời nhẹ nhàng “Tớ cũng đã từng bị ướt quần một lần..”

Cầu xin Thượng Đế giúp ta thấy được những sự việc luôn xảy ra quanh ta đúng lúc để ta có thể hành động kịp thời.

ĐẠO LÝ: Trong suốt cuộc đời chúng ta, ai cũng trải qua những điều tốt và xấu. Ta phải luôn nhớ ta cảm thấy như thế nào trong cùng tình thế như họ và không nên nhạo báng người khác khi họ phải trải qua thời điểm/ hoàn cảnh như thế.

Phải luôn luôn cố gắng thông hiểu hoàn cảnh của họ như thế chính bạn đang phải gánh chịu điều gì và giúp họ trong khả năng có thể, và cầu nguyện Thượng Đế rằng hôm nay bạn có điều kiện để giúp người đang có nhu cầu.

Nữ Lan / Thái Lan chuyển ngữ.

(Tài liệu: Moral)

=====