**BÀI 61**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH – SỐNG THEO SỰ THẬT LÀ LỜI CHÚA**



**1. LỜI CHÚA : “Tôi sinh ra và đã đến thế gian nhằm mục đích này: làm chứng cho sự thật. Ai đứng về phía sự thật thì nghe tiếng tôi.”** (Ga 18, 37b).

**2. CÂU CHUYỆN : CON THUYỀN THÀNH THẬT SẼ LUÔN TỒN TẠI.**

Trước đây có hai người bạn thân thiết, một người tên là **Thông Minh,** một người tên là **Thành Thật.** Ngày nọ hai người rủ nhau lên thuyền đi ngao du đó đây. Nhưng sau đó gặp cơn bão lớn, chiếc thuyền của họ bị gió bão sắp bị nhấn chìm. Chiếc thuyền cứu hộ nhỏ bé chỉ có một chỗ ngồi. Người thanh niên tên Thông Minh thấy tình hình nguy cấp đã giành ngồi vào chỗ duy nhất trên thuyền cứu hộ và đẩy anh bạn Thành Thật rơi xuống biển. Nhưng người thanh niên tên Thành Thật đã may mắn bám được vào một mảnh ván trôi trên biển và được sóng gió đẩy đến một đảo nhỏ hoang vắng. Chẳng bao lâu từ xa có một chiếc thuyền với âm thanh rộn ràng vui nhộn đang tiến tới. Thành thật liền đứng dậy vui mừng chờ con thuyền tới gần. Anh thấy trên thuyền có treo lá cờ đề chữ **Sung Sướng.** Thành Thật vội gọi to : “Sung Sướng, Sung Sướng ! Tôi là Thành Thật đây. Anh hãy cứu tôi với.” Sung Sướng vừa nghe tiếng gọi liền đáp : “Không thể ! Không thể ! Nếu tôi mà có thành thật đi cùng thì sẽ không thể sung sướng được nữa. Anh hãy nhìn xem trên thế giới này, có biết bao người vì nói thật nên đã không thể sống sung sướng”. Vừa dứt lời, Sung Sướng liền rẽ thuyền đi sang hướng khác.

Sau đó, một chiếc thuyền nhỏ khác treo lá cờ có chữ **Địa Vị** đi tới. Thành Thật vội gọi to : “Địa vị, Địa vị !” Tôi là Thành Thật đây. Anh có thể cho tôi lên thuyền để về nhà được không ?” Địa Vị nghe tiếng gọi liền lập tức xoay mũi thuyền chạy xa đảo và nói : “Không được, Không được ! Tôi không thể cho anh lên thuyền của tôi. Địa vị tôi đang có thật không dễ chút nào. Nếu như có anh đi theo thì tôi sẽ khó giữ vững địa vị của mình ! Thành Thật vô cùng thất vọng khi thấy Địa Vị mỗi lúc một rời xa.

Trong lòng tràn ngập nỗi buồn thất vọng. Thành Thật đành ngồi tiếp tục đợi chờ. Rất lâu sau lại có một con thuyền khác treo lá cờ **Cạnh Tranh** tới gần liền nói : “Cạnh Tranh, Cạnh Tranh”. Tôi là Thành Thật. Anh có thể cho tôi lên thuyền của anh về nhà được không ?” Cũng như những con thuyền trước, Canh Tranh vừa nghe thấy liền từ chối : “Anh đừng đem sự phiền toái đến cho tôi ! Hiện giờ thế giới đang cạnh tranh khốc liệt. Nếu có anh ở gần thì làm sao tôi có thể cạnh tranh được với kẻ khác ?” Nói xong, Cạnh Tranh lập tức rời thuyền đi xa.

Bấy giờ bầu trời đột nhiên bị mây đen kéo đến bao phủ và sấm sét bắt đầu nổi lên ầm ầm. Các cơn cuồng phong khiến mặt biển nổi sóng dữ dội. Thành Thật đang lúc tuyệt vọng chợt nghe thấy một âm thanh vừa êm ái vừa tha thiết : “Mời Thành Thật lên thuyền”. Thành Thật nhìn lên thì nhận ra chủ thuyền là ông lão **Thời Gian,** liền hỏi : “Tại sao ông lại cứu cháu ?” Lão Thời Gian mỉm cười đáp : “Vì *chỉ Thời Gian mới chứng minh được giá trị tốt đẹp của Thành Thật* cháu ạ !”

Trong cuộc hành trình trở về nhà, ông lão Thời Gian đã chỉ vào những con thuyền bị sóng đánh tan hoang, trên đó có treo những lá cờ Thông Minh, Sung Sướng, Địa Vị và Cạnh Tranh… rồi nói : “**Thành Thật rất cần trong cuộc sống. Vì nếu** **không có Thành Thật** thì **Thông Minh sẽ làm hại bản thân; Sung Sướng cũng không kéo dài được lâu; Địa Vị chỉ là hư ảo và Cạnh Tranh cũng chỉ mang lại thành công nhất thời mà thôi !”**

**3. SUY NIỆM :**

**1) Đức Giê-su là Sự Thật mà Thiên Chúa đã mặc khải cho loài người :**

Người xưng mình “là đường, là sự thật và là sự sống” (Ga 14,6). Người đã khẳng định trước toà quan Phi-la-tô : “Tôi đã sinh ra và đã đến thế gian nhằm mục đích này : làm chứng cho sự thật. Ai đứng về phía sự thật thì nghe tiếng tôi.” (Ga 18,37). Người dạy môn đệ phải tôn trọng sự thật : “Có” thì phải nói “có”, “không” thì phải nói “không”. Thêm thắt điều gì là do ác quỷ.” (Mt 5,37).

**2) Giáo dục Việt Nam hiện đang báo động vì chạy theo thành tích thi đua :**

Ở một trường tiểu học X nọ, trong tiết thi kiểm tra học kỳ về môn toán của học sinh lớp 5, giáo viên coi thi đã giải đề thi toán trên bảng rồi bảo học sinh chép và sửa vào bài thi, cô giáo nói : “Chuyện này chỉ có cô cháu mình biết với nhau thôi nhé”. Còn các em học sinh hầu hết đi thi đều không tự tin, dù đã có học bài. Các em luôn bí mật mang theo tài  liệu, câu đáp án trả lời đề cương thi được photo rất nhỏ để ‘quay phim’. Và các em coi đó là chuyện bình thường ‘ai cũng làm’ – Ai không làm là dại ! Tội gì mà phải hao hơi tốn sức học cho nhọc công ! Một nền giáo dục đậm màu gian dối mà các em học sinh đã hấp thụ ngay từ nhỏ như thế, thì thử hỏi thế hệ tương lai của xã hội, đất nước, Giáo hội sau này sẽ ra sao ? Trong bối cảnh như thế thì sự thật, chân lý chỉ còn là những thuật ngữ xa vời. Ở khắp nơi đâu người ta cũng thấy đồ ‘Zỏm’ (người dỏm, văn bằng dỏm, hàng hóa dỏm…), mà nếu không tinh ý, ham của rẻ… sẽ dễ dàng bị mắc lừa.

**3) Lời thề của Gandhi :**

MAHATMA GANDHI được coi là vị Cha già của dân tộc Ấn, khi còn nhỏ có lần đã phạm tội nói dối mẹ. Bà mẹ đã tuyệt thực và nói : “Thà để mẹ chết còn hơn là thấy con hèn nhát nói dối vì không muốn nhận lỗi”. Cậu Gandhi đã khóc lóc xin mẹ tha nhưng mẹ nhất định không chịu, nên cuối cùng cậu đã lấy cục than hồng bỏ lên bàn tay và thề với mẹ từ nay tuyệt đối sẽ không bao giờ dám nói dối nữa.

Khi ấy bà mẹ mới ôm con vào lòng và tha thứ cho cậu. Từ đó vết thẹo trong lòng bàn tay của Gandhi là một dấu chứng để cả thế giới đều có thể tin tưởng vào lời nói trung thực của ông. Gandhi đã thề, và có lẽ là lời thề duy nhất của ông trước người mẹ kính yêu, và ông đã không bao giờ phản bội lại lời thề hứa đó.

**4) Chúng tôi phải làm gì ? :**

Trừ trường hợp cần giữ kín không nói ra những điều bí mật liên quan tới danh dự cá nhân, và những bí mật mang tính tập thể cần phải bảo vệ, còn bình thường chúng ta nên luôn nói thật. Không cần phải thề thốt để nhờ thế giá của Thiên Chúa làm chứng cho lời mình nói là thật, như lời Chúa dạy : “Đừng thề chi cả” (Mt 5,33).

**4. SINH HOẠT :** Bạn có đồng ý với câu người ta thường nói : **“Hễ nói thì phải nói thật. Nhưng không phải mọi sự thật đều nên nói ra” ? Tại sao ?**

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin cho chúng con ý thức giá trị của Sự Thật, để không bao giờ nói dối hại người, nhưng luôn sống theo Chúa “là Đường, là Sự Thật và là Sự Sống”, để nói thật trong quan hệ với tha nhân, hầu sau này chúng con được về quê trời với Chúa.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 62**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH - HÃY NÓI THẬT VÀ TRÁNH NÓI DỐI**

**1. LỜI CHÚA :** Chúa phán : **““có” thì phải nói “có”, “không” thì phải nói “không”. Thêm thắt điều gì là do ác quỷ”.** (Mt 5,37).

**2. CÂU CHUYỆN : NÓI DỐI NHƯ CUỘI.**



Ngày xưa có một anh chàng trẻ tuổi tên là Cuội. Từ thuở nhỏ, Cuội mồ côi cả cha lẫn mẹ, phải ở chung với chú thím. Hắn ta là tay láu lỉnh, đặc biệt về môn lừa người thì tỏ ra rất thành thạo. Một lão trọc phú ở trong miền nghe tiếng đồn về Cuội thì không tin. Một hôm, ông ta cho người gọi Cuội đến nhà và bảo :

- Nghe nói mày lừa người giỏi lắm. Bây giờ tao ngồi ở đây, đố mày lừa cho tao ra ngoài cổng thì tao sẽ thưởng cho mày năm quan. Ở đây mọi người làm chứng nhé !

Cuội ta gãi đầu gãi tai đáp :

- Ông ngồi ở đây, lại đề phòng sẵn thì làm sao mà lừa ông ra ngoài cổng được. Nhưng nếu ông ra đứng ở ngoài cổng, cháu sẽ có cách lừa được ông vào trong nhà.

Nghe nói thế, lão trọc phú liền đi ra cổng. Nhưng khi vừa đến nơi, Cuội đã vỗ tay reo :

- Đấy cháu đã lừa được ông ra ngoài cổng rồi nhé !

Trọc phú bị thua, đành phải đưa cho Cuội 5 quan tiền như giao ước.

**3. SUY NIỆM :**

Nói thật hay nói dối không phải lúc nào cũng tốt hay cũng xấu :

**1) NÓI DỐI :**

**- Nói dối để "lợi mình - hại người" :**đây là kiểu nói dối không bao giờ được làm.

**- Nói dối để lợi mình nhưng cũng chẳng hại ai :** Kiểu nói dối này người ta hay thực hiện. Tuy nhiên, "cây kim trong bọc cũng có ngày lòi ra" Khi sự thật được sáng tỏ thì uy tín của người nói dối sẽ không còn.

**- Nói dối để có lợi cho người khác :** đôi lúc do lòng tốt muốn giúp đỡ bạn bè, nên đã nói dối để họ khỏi bị trừng phạt... Nhưng “lợi bất cập hại” khi thực tế chứng minh điều mình đã nói không đúng sự thật và hậu quả sẽ khó lường.

**2) NÓI THẬT :**

**- Nói thật lợi mình, hại người :** Có những sự thật có lợi cho bản thân và người thân, nhưng lại gây thiệt hại cho người khác. Do đó cần phải khôn ngoan cân nhắc trước khi nói ra sự thật.

- **Nói thật có lợi cho người khác :** Đây là sự thật ta cần thực hiện vì luôn có lợi cho tha nhân. Chẳng hạn cha mẹ hay thày cô dạy con cái và học trò cách hành xử đúng đắn, chia sẻ kinh nghiệm sống và các kiến thức mọi người cần biếti..

**3) NÊN NÓI DỐI HAY NÓI THẬT ?**



- **Nói dối “hại người, lợi mình”** là điều xấu không bao giờ được làm, vì chắc sẽ bị quả báo ngay ở đời này chứ không cần đợi đến đời sau.

- “**Nói dối thiện chí"** đôi khi cũng có lợi : Người ta gọi nó bằng cái tên **"white lie":** Chẳng hạn nói dối với người thân đang bị ung thư bằng thứ bệnh khác ít nguy hiểm hơn. Tuy nhiên, tốt hơn ta không nên nói dối, dù là “**nói dối thiện chí, vì** sớm muộn họ cũng hay biết. Do đó, ta cần khôn ngoan chọn thời điểm thuận lợi cho bệnh nhân biết về bệnh tình nghiêm trọng của họ.

- Nói thật là tốt, nhưng **“sự thật thường mất lòng”,** nên ta cần khôn ngoan áp dụng câu :*“Người khôn nói mánh, người dại đánh đòn” và “Lời nói không mất tiền mua. Lựa lời mà nói cho vừa lòng nhau”.* **Cần nói sự thật cách nào để người nghe không bị “sốc”**. Đàng khác, thực tế có những sự thật “mắt thấy tai nghe”, mà vẫn sai lầm do chủ quan ”Nhìn cò ra quạ !” hoặc bị thành kiến chi phối.

- Hậu quả tai hại của sự nói dối : George Bernard Shaw khẳng định : **"Sự trừng phạt dành cho những kẻ nói dối, không chỉ đơn giản là hắn sẽ không được người khác tin tưởng, mà chính hắn cũng không tin tưởng bất cứ ai ".**

**4. SINH HOẠT :** Khi biết anh bạn thân dù đã có vợ con ở quê, nhưng lại đang tìm cách **tiến đến kết hôn bất hợp pháp với người khác** thì ta nên làm gì ? Giữ ***im lặng*** coi như không hay biết; Hoặc ***khuyên bảo bạn*** dừng lại; Hay ***bí mật ngăn cản để tránh những hậu quả đáng tiếc*** có thể xảy ra nếu không nói ra ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa. Xin cho con thực hành lời Chúa : ***“Có thì nói có” để tôn trọng sự thật.*** Xin cho chúng con biết *khôn ngoan tuỳ cơ ứng biến để giữ im lặng*, lựa lời *khuyên bảo* hay buộc lòng *nói ra sự thật*, hầu tránh cho tha nhân khỏi bị thiệt hại.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI ĐỌC THÊM**

**GIÁ TRỊ CỦA TÍNH TRUNG THỰC TRONG KINH DOANH**

- Một ngày nọ, ông STEVE JOBS cùng đi với một người đàn ông lạ mặt đến phòng làm việc của GUY là nhân viên mới của tông ty. Ông Steve không giới thiệu người đàn ông lạ mặt này mà hỏi Guy : “Cậu có biết gì về công ty KNOWARE không ?”.

GUY đã thành thật nói ra nhận định của mình với xếp về công ty đó như sau : “Sản phẩm của công ty Knoware rất tầm thường và đơn điệu. Chúng chẳng thể sánh được với các sản phẩm chiến lược như Macintosh. Công ty đó chắc chắn không phải là đối thủ của công ty APPLE của chúng ta đâu“.

- Sau khi nghe một tràng những lời phê phán trung thực của Guy, ông Steve nói : “Tôi xin giới thiệu với anh ông ARCHIE MCGILL, là CEO của công ty KNO-WARE mà anh vừa nhận xét đánh giá”. Lập tức Guy gần như đứng tim vì đã lỡ ra nói thật nhận định về công ty đó.

- Sau này, Guy mới hiểu, việc thẳng thắn nêu ra nhược điểm của công ty đối thủ không những không có hại, mà còn giúp anh vượt qua bài kiểm tra IQ đang được “xếp” Steve thực hiện. Nếu anh chỉ nói chung chung về sự tốt đep của phần mềm được hỏi, anh sẽ bị đánh giá thiếu năng lực và bản lĩnh, và sự nghiệp của anh chắc sẽ gặp nhiều bất lợi.

- Đây chính là bài test kỳ lạ và là trải nghiệm thú vị đối với Guy khi làm việc với ông Steve. Trải nghiệm này cho anh 3 bài học liên quan đến tính trung thực như sau :

***+ Một là : Ai cũng muốn nghe lời nói thật :*** Nếu anh nói với đại diện công ty đối thủ rằng sản phẩm của họ tốt, thì chắc họ sẽ không thích, vì điều họ muốn biết là sản phẩm của họ thực sự có khuyết điểm nào cần cải thiện ?

***+ Hai là : Nói thật là bài test kiểm tra bản lãnh và trí thông minh của anh :*** Một nhân viên giỏi cần phải đủ bản lãnh để dám nói ra sự thật và đủ thông minh để biết sự thật đó chính xác đến mức độ nào ?

***+ Ba là : Người trung thực sẽ phải luôn nói thật :*** Vì sự thật chỉ có một, nên nếu nói dối, họ sẽ luôn lo lắng bị lộ, sợ sẽ bị “Giấu đầu hở đuôi !”

Tóm lại : Sự thật luôn có sức mạnh khiến người ăn nói trung thực được mọi người tín nhiệm, là điều kiện mang lại thành công trong mọi công việc.

**SƯU TẦM**

**BÀI 63**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH - HẬU QUẢ TAI HẠI CỦA LỜI NÓI DỐI**



**1. LỜI CHÚA : Thánh Phaolô nói : “Tôi khuyên tất cả anh em, hãy nhất trí với nhau, trong lời ăn tiếng nói và đừng để có sự chia rẽ giữa anh em" (1 Cr 1,10)**.

**2. CÂU CHUYỆN :** **CHÚ BÉ CHĂN CỪU NÓI DỐI VÀ CÁI GIÁ PHẢI TRẢ.**

Ngày nọ, một cậu bé làm nghề chăn cừu thuê đang ngồi trên một tảng đá quan sát bầy cừu ăn cỏ non trên sườn núi. Để tạo niềm vui, cậu đã nghĩ ra việc đánh lừa dân làng bằng cách la lớn : “Sói ! Sói ! Có chó sói đến bắt đàn cừu bà con ơi ! “

Dân làng nghe tiếng kêu cứu liền rủ nhau chạy lên sườn núi để giúp cậu bé đánh đuổi lũ chó sói. Nhưng khi đến nơi thì không thấy có con sói nào cả. Cậu bé liền cười to khi thấy bộ dạng ngơ ngác của dân làng. Rồi khi hiểu ra đã bị cậu bé chăn cừu đánh lừa, thì dân làng rất tức giận. Một người trong bọn liền lên tiếng khuyên cậu bé : "Này cháu bé. Cháu đừng la có chó sói nếu thực sự không có nghe". Rồi họ rủ nhau xuống núi trở về làng.

Hôm sau cậu bé lại la toáng lên : “Có sói ! Có sói đang đuổi bắt đàn cừu bà con ơi !”

Rồi cậu lại cười to khi thấy một số dân làng vội chạy lên núi để giúp cậu đánh đuổi chó sói. Khi dân làng không thấy chó sói, một lần nữa họ đã trách mắng cậu bé : "Cháu đừng bao giờ hô lên có chó sói, trong khi thực sự không có nghe chưa ?”. Nhưng khi nghe la mắng, cậu bé chỉ biết nhe răng cười trong lúc dân làng thì tức giận rủ nhau xuống núi.

Ít hôm sau, cậu bé nhìn thấy một con sói thực sự đang rình mò muốn cắn xé đàn cừu. Cậu ta hoảng sợ, vội chạy xuống núi la toáng lên : “Sói ! Sói ! Bà con ơi !” Nhưng lần này dân làng nghĩ rằng cậu bé lại giở trò lừa họ, nên không một ai chạy lên núi ứng cứu.

Đến khi trời tối, mọi người trong làng thắc mắc tại sao không thấy cậu bé đưa đàn cừu trở về chuồng. Họ liền rủ nhau leo lên sườn núi tìm cậu bé. Cuối cùng họ đã tìm thấy cậu ta vừa khóc vừa mếu máo nói :

- Lần này thực sự đã có một con sói ở đây ! Bầy cừu đều sợ hãi chạy tán loạn hết ! Cháu đã la cầu cứu dân làng. Vậy tại sao các bác không chịu đến cứu đàn cừu ?"

Bấy giờ, một cụ già liền đặt tay lên vai cậu bé an ủi : "Hãy để sáng mai mọi người chúng ta sẽ lên núi giúp cháu đi tìm những con cừu bị lạc mất. Cháu phải nhớ kỹ bài học này là : ***không ai sẽ tin lời một kẻ từng nói dối nhiều lần, ngay cả khi nó nói thật*** đấy cháu ạ !"

**3. SINH HOẠT : Trong câu chuyện chú bé chăn cừu, tại sao lần thứ ba khi nghe cậu bé kêu cứu, dân làng lại không chạy lên núi giúp đỡ chú bé chăn cừu đánh đuổi chó sói ?**

**4. SUY NIỆM :**

Người xưa có câu : “Nhất ngôn ký xuất, tứ mã nan truy” (Một lời nói ra bốn con ngựa khó lòng đuổi kịp”. Hoặc câu khác : “Nước đổ khó hốt, gương vỡ khó lành !”. Cũng vậy : một lời đã nói ra ngoài miệng thì cũng không thể thu hồi trọn vẹn được. Vì thế người xưa đã có lời khuyên : “Hãy uốn lưỡi bảy lần trước khi nói”. Cho dù nói lời khen ngợi, chúng ta cũng cần đắn đo suy nghĩ để khen đúng lúc đúng chỗ mới có tác dụng tích cực. Lời tốt nói ra mà còn phải đắn đo như vậy, phương chi những lời không tốt, thì còn phải cân nhắc đến mức nào. Nhưng đâu là những lời nói không tốt mà chúng ta cần tránh nói ra ?

**1) Tránh nói những *lời khó nghe* *lúc đang tức giận* :**

 “Giận quá mất khôn”, một người khi tức giận thường không thể tự chủ và không kềm chế được miệng lưỡi của mình. Họ sẽ dễ to tiếng mắng nhiếc hạ nhục đối phương. Những lời nói đó có thể vừa làm tổn thương kẻ kia, lại vừa làm tổn thương chính mình. Do đó mỗi khi bị ai đó nói chạm tự ái, chúng ta cần giữ thái độ bình tĩnh, tránh phản ứng ngay vì dễ làm cho tình hình căng thẳng hơn và dẫn đến xung đột nghiêm trọng hơn.

**2) Tránh nói những *lời trách móc đổ lỗi* cho người khác :**

Khi không hài lòng, chúng ta thường nói những lời bất mãn, oán giận tha nhân, có thể là cấp trên, là bạn ngang hàng và thậm chí là người thân trong gia đình ruột thịt của mình nữa.

Nếu chúng ta có thói hay nói ra những lời oán trách, chắc sẽ gây bất hòa với nhiều người, khiến chúng ta có thêm nhiều kẻ thù và tự làm khổ bản thân.

**3) Tránh nói những *lời làm tổn thương lòng tự trọng* của người khác :**

 Người lỗ mãng sẽ ăn nói tùy tiện và thiếu lòng bao dung nhân ái, sẽ hay nói ra những câu làm tổn thương người khác, có lúc “hại người ích ta”, nhưng cũng có khi “hại người hại mình”.

 Lời nói tổn thương người khác có thể chỉ nhất thời, nhưng nhân cách của mình đã bị người khác xem thường, và sự tổn thương ấy sẽ tồn tại lâu dài !

**4) Tránh nói những *lời khoe khoang* tự đề cao mình :**

 Có người khi nói chuyện thường thích huênh hoang, tự mình quảng cáo cho mình, tự mình thổi phồng chính mình, người khác nghe được sẽ khó chấp nhận. Do đó khoe khoang thành tích bản thân thực tế cũng chẳng ích lợi gì, trái lại còn làm tổn thương đến uy tín và tiếng thơm của mình. Nếu chúng ta muốn được nổi tiếng thì phải làm được những việc lớn lao hữu ích thực sự, và việc làm đó sớm muộn cũng sẽ được nhiều người hay biết, không cần phải khoe khoang.

**5) Tránh những *lời nói tiêu cực* làm nhụt chí người khác :**

 Thật ra trong cuộc sống, mỗi người chúng ta rất cần được nghe những lời động viên. Cho dù thực tế không được ai đó khích lệ, thì chính chúng ta cũng phải suy nghĩ tích cực để tự khích lệ mình là hãy luôn cố gắng.

**6) Tránh nói những *lời dối trá* thiếu trung thực :**

 Trong mười điều răn Đức Chúa Trời có điều răn thứ tám : “Chớ làm chứng dối”. Làm chứng dối hay nói dối là “thấy mà nói không thấy, không thấy mà nói thấy, thấy đúng mà nói sai, thấy sai mà nói đúng”. Nói cách khác, đó là những lời không đúng sự thật. Chúa Giê-su đã dạy : “Có” thì phải nói “có”, “không” thì phải nói “không”. Thêm thắt điều gì là do ác quỷ” (Mt 5,37). Có ít xít ra nhiều là nguyên nhân của những tin đồn thất thiệt, làm cho chuyện bé xé ra to… cũng là thái độ thiếu trung thực, đồng nghĩa với dối trá thuộc về ma quỷ như lời Đức Giê-su đã khẳng định : “Ma quỷ là kẻ nói dối và là cha sự gian dối” (Ga 8,37b).

**7) Tránh nói *những điều bí mật* của tha nhân :**

- Trên đời này có lắm điều bí mật của cá nhân, gia đình hay tập thể. Hiện nay các quốc gia đều rất coi trọng việc bảo mật, nếu chẳng may tiết lộ bí mật quốc gia thì kẻ nói lộ ra sẽ bị xử lý nghiêm khắc và chịu hình phạt nặng nề. Cho nên chúng ta cần phải cẩn ngôn, không tùy tiện nói ra những điều không nên nói vì có thể gây hậu quả nghiêm trọng cho tha nhân và cho tập thể mà mình là thành viên.

- Trước khi nói ra những điều bí mật, bạn phải nghĩ đến những hậu quả xấu có thể xảy ra. Một khi ý thức về tầm quan trọng của những điều bí mật thì ta sẽ không dám ăn nói tùy tiện nữa.

- Một lời nói tốt có thể mang tới niềm vui hân hoan cho nhiều người. Một lời nói xấu cũng có thể mang đến nỗi khổ đau bất hạnh cho nhiều người. Vì vậy, mỗi người chúng ta hãy năng nghe Lời Chúa và sống theo tinh thần in Mừng để ngày một nên hoàn thiện nhân cách hơn.

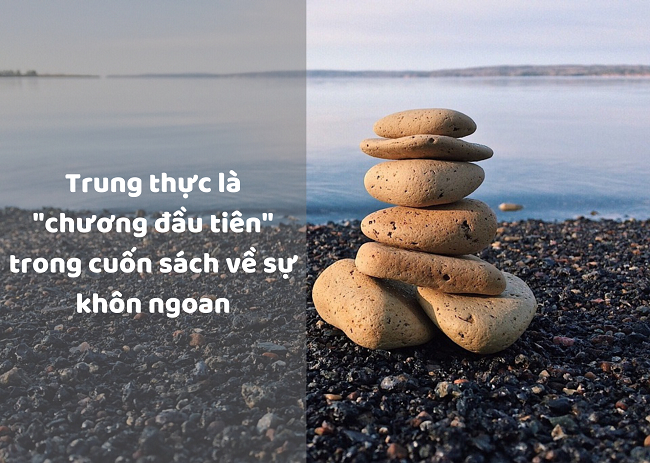
**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa. Người xưa có câu : “Nhất ngôn ký xuất. Tứ mã nan truy”. Một lời nói ra sẽ khó rút lại. Một khi người nghe đã bị lừa dối một lần thì họ sẽ không còn tin vào lời nói của chúng con. Về sau dù chúng con có nói thật thì họ cũng không tin. Xin cho chúng con luôn sống lời Chúa dạy trung thực trong lời nói : “có” thì phải nói “có”, “không” thì phải nói “không”. Thêm thắt điều gì là do ác quỷ “ (Mt 5,37).- A-MEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 64**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH - GIÁ TRỊ CỦA SỰ THÀNH THẬT**



**1.LỜI CHÚA :** Đức Giê-su phán : “**Chính Thầy là con đường, là sự thật và là sự sống. Không ai đến với Chúa Cha mà không qua Thầy**.” (Ga 14,6)

**2. CÂU CHUYỆN : CHIẾN THẮNG NHỜ SỰ TRUNG THỰC.**

Thuở xưa, có một vị vua rất nhân từ và đức độ, luôn tìm cách làm cho thần dân được sống an cư, lạc nghiệp. Nhưng ông không có con trai mà chỉ có một cô con gái duy nhất. Vua và hoàng hậu bàn nhau kén chọn phò mã kế thừa ngôi vị sau này. Để chọn được chàng rể tài đức vẹn toàn xứng đáng lãnh nhận trọng trách, nhà vua đã ra cáo thị tổ chức một cuộc thi để kén chọn phò mã. Đến ngày thi, mỗi thí sinh đều được nhận một gói hạt giống mang về nhà ươm mầm, và hạn định 3 tháng sau phải mang chậu hoa lên kinh thành dự thi. Ai trồng được chậu hoa đẹp nhất sẽ trở thành phò mã kết hôn với công chúa. Mọi thí sinh đều vui vẻ vì không ngờ cuộc thi làm phò mã lại dễ dàng đơn giản : chỉ cần chăm sóc để chậu hoa nở ra các bông hoa xinh đẹp là có thể trở thành phò mã và sau này còn được lên làm vua nữa.

Đến ngày thi, các chàng trai đều đem đến những chậu hoa đủ loại với nhiều màu sắc rất đẹp. Ban giám khảo khi thấy các chậu hoa mang đến đều trầm trồ khen ngợi vẻ đep đa dạng của các chậu hoa. Vậy mà xem ra nhà vua vẫn chưa hài lòng và tiếp tục chờ đợi. Khi sắp hết giờ thì một chàng trai đã vào phòng thi tay ôm một chiếc chậu không có cây bông nào trong chậu. Nhà vua liền hỏi : “Tại sao ngươi mang chiếc chậu không đi dự thi như thế ?” Chàng trai thưa : Cách đây 3 tháng, sau khi nhận được gói hạt giống hoa của ban giám khảo, thảo dân đã đi mua một chiếc chậu đẹp, cho đất vào chậu và gieo các hạt giống của ban giám khảo. Hằng ngày thảo dân lo tưới nước bón phân, chăm sóc thật chu đáo. Vậy mà từ ngày đó đến hôm nay thảo dân vẫn không thấy có cây hoa nào mọc lên.” Nghe thí sinh trình bày, nhà vua hết sức vui vẻ vì đã tìm thấy phò mã đúng theo tiêu chuẩn. Vua liền giới thiệu với quần thần : “Đây chính là phò mã, là chồng của công chúa”. Điều này khiến mọi người hiện diện đều không hài lòng. Trước những lời xì xầm bàn tán, nhà vua đã từ tốn giải thích : “Chàng trai này xứng đáng được chọn làm phò mã, vì đã hành xử trung thực, điều mà một vị vua nối ngôi của trẫm phải có”. Vua nói tiếp : “Hạt giống trao cho các ngươi đều đã bị luộc chín nên không thể mọc lên được”. Mọi người nghe nhà vua nói đều cúi đầu nhận tội đã thiếu trung thực, khi tự ý thay hạt giống được ban giám khảo trao, bằng hạt giống từ chỗ khác”.

**3. SUY NIỆM :**

**1) Thành thật là gì ? :**

Thành thật trong tiếng Anh là : **“SINCERITY”.** Từ này gốc từ tiếng La tinh: *sin cera*, tức là *không* *có sáp*. Các diễn viên trước khi lên sân khấu thường hoá trang bằng phấn sáp. Như vậy, thành thật là hành vi không dối gian, không che giấu sự thật và mang tính khách quan có sao nói vậy. Thành thật là một đóa hoa thơm của đạo đức, là bản chất tốt của bậc hiền nhân. Người thiếu thành thật là người không trung thực, hay dối gạt kẻ khác và bị coi là thiếu nhân cách…

**2) Giá trị của sự thành thật :**

**-** Trong quan hệ với tha nhân, hầu như ai cũng muốn giao tiếp với người thành thật. Nhưng trong thực tế người thành thật thường bị thua thiệt, đang khi kẻ dối trá gian ác xem ra thành công như có người châm biếm : “Lèo lách, lừa lọc lẹ lên lương. Thật thà, thành thật thường thua thiệt”. Các nhà kinh doanh cũng thường dựa theo thị hiếu của con người để quảng cáo sản phẩm không đúng sự thật, hầu lừa dối khách hàng.

- Tuy nhiên : “Cái kim trong bọc cũng có ngày lòi ra !”. Người ta chỉ có thể lừa dối người khác trong một lúc nào đó, chứ không thể lừa dối lâu dài. Vì thế, nếu muốn được mọi người tôn trọng thì cách hay nhất là luôn sống trung thực, tôn trọng sự thật và không làm điều gì sai trái, có hại cho tha nhân.

**3) Ích lợi của sự thành thật và tai hại của lời nói dối :**

- **“Thuốc đắng dã tật” :** Trong cuộc sống, có lẽ ai trong chúng ta cũng ý thức về giá trị của sự thật. Dù sự thật có đắng hơn cả thuốc thì ta vẫn phải tôn trọng bằng sự lắng nghe và quyết tâm khắc phục hậu quả nếu có.

- **“Lời thật mất lòng !” :** Sự thật rấtkhó được người nghe chấp nhận, nên chúng ta phải khôn ngoan khi nói thật, bằng cách : chọn thời điểm thích hợp và lựa lời để giúp kẻ có lỗi đón nhận sự thật và hồi tâm sám hối, như câu chuyện ngôn sứ Na-than đã khôn ngoan sửa lỗi cho vua Đa-vít (2 Sm 12,5-13).

**4. SINH HOẠT :**

**-** Ngôn sứ Na-than đã sửa lỗi vua Đa-vít về tội “giết chồng đoạt vợ”. Ông bắt đầu bằng kể câu chuyện của một người giàu đối xử bất công với người nghèo, khiến vua Đa-vid rất tức giận và đòi xử lý người giàu. Bấy giờ ngôn sứ Na-than mới áp dụng vào việc sửa lỗi nhà vua : **“Kẻ đó chính là ngài !”…** Đức Chúa phán : **“Ngươi đã dùng gươm đâm U-ri-gia, người Khết; Vợ y, ngươi đã cướp làm vợ ngươi; Còn chính y, ngươi đã dùng gươm của con cái Am-mon mà giết**. Ấy vậy, gươm sẽ không bao giờ ngừng chém người nhà của ngươi, bởi vì ngươi đã khinh dể Ta và cướp vợ của U-ri-gia, làm vợ ngươi.” … Nghe xong, vua Đa-vít đã cúi đầu nhận tội : **“Tôi đắc tội với Đức Chúa”** (2 Sm 12,5-13).

- Bạn nghĩ thế nào về cách ứng xử khôn ngoan và lời nói trung thực của ngôn sứ Na-than khiến vua Đa-vít phải “tâm phục khẩu phục”, sẵn sàng nhận tội đã “Giết chồng đoạt vợ” của mình và hồi tâm sám hối để cầu xin ơn tha thứ của Đức Chúa ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin giúp chúng con trung thành đi theo Chúa ”Là Đường, là Sự Thật và là Sự Sống”. Xin giúp chúng con luôn nói năng và hành động trung thực; Cho chúng con biết học nơi Chúa để có lòng hiền hậu và khiêm nhường, hầu tâm hồn chúng con luôn được nghỉ ngơi bồi dưỡng (x. Mt 11.29). – Amen.

**LM ĐAN VINH – HHTM**



**BÀI 65**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH - HÌNH THÀNH LỐI SỐNG TRUNG THỰC**



**1. LỜI CHÚA :** Thánh Phao lô :“Anh em phải cởi bỏ con người cũ với nếp sống xưa, là con người phải hư nát vì bị những ham muốn lừa dối, Anh em phải để Thần Khí đổi mới tâm trí anh em, và phải **mặc lấy con người mới, là người đã được sáng tạo theo hình ảnh Thiên Chúa để thật sự sống công chính và thánh thiện.** Bởi thế, một khi đã cởi bỏ sự gian dối, mỗi người trong anh em **hãy nói sự thật với người thân cận**, vì chúng ta là phần thân thể của nhau” (Ep 4,23-25).

**2. CÂU CHUYỆN : SỰ TRUNG THỰC CỦA LÃO ĂN MÀY.**

Ngày nọ, một lão ăn xin đến gõ cửa một lâu đài tráng lệ”. Ông nói với người quản gia : “Vì tình yêu của Chúa, xin hãy bố thí cho kẻ nghèo này”.

Người quản gia trả lời : “Tôi phải hỏi ý kiến bà chủ đã”. Bà chủ là một quý bà keo kiệt. Bà nói : “Hãy cho ông lão tội nghiệp một ổ bánh mì. Một thôi nhé. Đưa bánh ngày hôm qua ấy”.

Ông lão trở về gốc cây nơi ông trú ngụ cả ngày lẫn đêm, ngồi xuống lôi ổ bánh vừa xin được ra ăn. Đột nhiên, răng ông cắn phải vật gì đó rất cứng. Ông lão hết sức ngạc nhiên khi phát hiện ra đó là chiếc nhẫn vàng nạm kim cương mặt ngọc trai.

“Mình thật may mắn !”, ông lão nghĩ thầm. “Mình sẽ bán chiếc nhẫn này đi và sẽ có đủ tiền tiêu xài trong thời gian dài”.

Thế nhưng, lòng trung thực trong ông lão đã lập tức ngăn ý định đó lại : “Không, ta sẽ tìm chủ nhân của chiếc nhẫn và trả nó lại cho họ”. Bên trong chiếc nhẫn có khắc hai chữ J. X. Ông lão liền đi thẳng đến cửa hàng bán đồ trang sức và tìm hỏi cuốn niên giám điện thoại. Cả thị trấn chỉ có mỗi một gia đình có tên bắt đầu bằng chữ X : Gia đình Xofaina. Quyết tâm sống trung thực, ông lão vội đi tìm nhà Xofaina. Và rất bất ngờ khi đó lại chính là gia đình mới cho ông ổ bánh. Ông nói với người quản gia : “Tôi tìm thấy chiếc nhẫn vàng trong ổ bánh ông mới cho tôi”. Bà chủ vui mừng khôn xiết : “May quá, ta tìm lại được chiếc nhẫn bị mất mấy hôm trước do làm rơi khi coi thợ nhào bột làm bánh. J.X. là viết tắt tên của ta, Josermina Xofaina”.

Sau một hồi suy nghĩ, bà chủ nhà nói : “Hãy cho ông lão tội nghiệp đó bất kỳ cái gì ông ấy muốn, miễn là đừng đắt quá”.

Ông quản gia quay qua hỏi ông lão : “Vì hành vi cao thượng, ông muốn nhận được phần thưởng gì ?”

Ông lão ăn xin nói : “Tôi chỉ xin một ổ bánh mì ! thế là đủ cho tôi rồi”.

Thấy ông không có lòng tham, bà chủ bỗng nảy ra ý định : Sẽ cho ông làm người coi kho trong nhà của bà. Từ đó bà hoàn toàn an tâm không còn sợ bị mất trộm. Còn ông lão do có việc làm nên không còn sợ đói phải đi xin ăn như thời gian qua.

**3. SUY NIỆM :**

Người trung thực trước mắt có vẻ thiệt thòi nhưng họ lại nhận được điều lớn hơn nhiều, đó là ***sự tin tưởng của mọi người.***

Chúa Giê-su dạy : “Anh em đong đấu nào, thì Thiên Chúa cũng sẽ đong đấu ấy cho anh em, và còn cho anh em hơn nữa.” (Mc 4,24).

***Sống trung thực giúp chúng ta có sự bình an trong tâm hồn,*** và thật tốt đep biết bao khi người ta cư xử ***với nhau bằng tình cảm chân thành, vô vị lợi* !**

**4. SINH HOẠT :**

Hãy cho biết **tầm quan trọng của tính trung thực trong giao tiếp hằng ngày và trong việc làm ăn buôn bán xã hội ?**

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Chúa dạy chúng con phải ***luôn trung thực trong lời nói và hành động***, khi ***luôn nói thật*** như Lời Chúa phán : “Có thì nói có, không thì nói không”. Xin cho chúng con luôn hành động trung thực bằng việc ***không tham lam của cải người khác***. Nhờ đó chúng con nên con hiếu thảo của Chúa Cha, nên môn đệ thực sự của Chúa, và nên chứng nhân của Tin Mừng Nước Trời.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

Ý NGHĨ LÀ NỤ HOA , LỜI NÓI LÀ BÔNG HOA , VIỆC LÀM LÀ TRÁI QUẢ

**BÀI 66**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH - GIÁ TRỊ CỦA LÒNG TRUNG THÀNH**

**1. LỜI CHÚA :** Ông chủ nói với người đầy tớ : ”Khá lắm! Hỡi người đầy tớ tài giỏi và trung thành ! **Được giao ít mà anh đã trung thành, thì tôi sẽ giao nhiều cho anh.** Hãy vào mà hưởng niềm vui của chủ anh ! ” (Mt 25,21).

**2. CÂU CHUYỆN : CHÚ CHÓ CÓ CÔNG CỨU CẬU CHỦ.**

##### Trong trận sóng thần vào ngày 26 tháng 12 năm 2004 vừa qua, khi phát hiện những đợt sóng thần tràn vào làng, người mẹ chỉ kịp ôm hai đứa con nhỏ lao ra khỏi lều. **Con chó của gia đình phát hiện cậu con trai cả còn đang ngủ li bì phía sau nhà, liền lao tới cắn áo lôi cho cậu bé tỉnh giấc và sau đó dẫn đường cho cậu chạy lên một ngọn đồi cao gần đó và cậu bé đã được thoát chết**. Gia đình người phụ nữ đã coi chú chó của gia đình là ân nhân vì đã có công cứu mạng cậu chủ con trai của gia đình.



**3. SUY NIỆM :**

**1) Giá trị của loài chó :** Chó là một trong số 12 con giáp : Người tuổi Tuất xem ra vừa may mắn sung sướng nhưng cũng vừa vất vả lận đận. Thật vậy, con chó đối với người này là một ***con vật ngu dốt đáng khinh***. Nhưng đối với phần đông thì chó lại là một ***loài vật đáng yêu và là bạn trung thành*** của loài người.

Ngoài ra, chó còn có nhiều tài năng, tinh khôn, dũng cảm và rất hữu dụng. Chẳng hạn : Ngoài việc bảo vệ ***canh giữ nhà chủ***, chó còn được dùng để ***kéo xe thay ngựa*** tại miền Bắc cực. Ở các nước Âu châu, chó được trao nhiệm vụ ***chăn giữ đàn cừu.*** Người ta cũng huấn luyện chó để ***tham gia vào các cuộc thi chạy đua*** hay để ***làm xiếc diễn trò*** như nhảy qua vòng lửa, làm các con tính đơn giản, và nhất là biết ***đóng phim***. Chó còn được ***dùng làm tai mắt*** để đưa dẫn người mù, để ***truy tìm kẻ gian, đánh hơi khám phá ra các chất ma túy*** hoặc ***chống khủng bố***. Gần đây, người ta còn phát hiện ra loài chó có khả năng ***chẩn đoán bệnh ung thư chính xác*** như chiếc máy siêu âm. Trong chiến tranh, chó cũng được tổ chức thành một ***đội quân khuyển để thám báo, rà mìn, hay tấn công trực diện kẻ thù.*** Trong thế kỷ 20 vừa qua, chó còn được ***phóng lên không gian như một phi hành gia***. Ngày xưa người Âu châu cũng thường dùng chó để ***đem sữa tươi đến nhà khách hàng quen trong mùa đông giá rét.*** Ngày nay người ta thường tổ chức các cuộc ***thi hoa hậu chó***, với nhiều chủng loài khác nhau. Ngoài ra, chó còn trở thành ***món ăn khoái khẩu*** tại Việt Nam như câu:“Sống trên đời ăn miếng dồi chó. Xuống âm phủ biết có hay không ?”.

**2) Về lòng trung thành của con chó :** Cách đây khá lâu, đài truyền hình Việt Nam đã giới thiệu một chú chó béc-giê giống Đức có nghĩa : Sau khi ***bị lạc mất chủ*** tại một phi cảng quốc tế, cứ mỗi lần có máy bay sắp hạ cánh, con vật đáng thương này liền chạy ra chân cầu thang máy bay ***ngồi ngóng chủ.*** Ròng rã gần hai năm trời, nó không bỏ sót một chuyến bay nào. Có nhân viên phi cảng cố gắng làm quen dụ đem về nuôi, nhưng nó luôn từ chối. Cảm mến ***lòng trung thành của con vật có nghĩa,*** các nhân viên phi cảng đã ***giúp nó tìm lại được chủ cũ.***

Cũng cách đây không lâu, một câu chuyện khó tin nhưng có thật : một chú chó đã ***bơi từ nước Pháp vượt qua eo biển Măng-sơ, trải qua nhiều ngày đêm liền, đã bơi sang được đến bờ biển nước Anh bên kia để đi tìm chủ.***. Cuối cùng với một nghị lực phi thường, con vật có nghĩa này đã gặp lại chủ tại Anh quốc.

**3) Sự tinh khôn của loài chó :** Một người đã chia sẻ câu chuyện xảy ra trong nhà anh như sau : “Có một dạo nhà ở của tôi có rất nhiều chuột đến phá phách, mà lại toàn loại chuột cống. Con nào con nấy to đùng như bắp chân. Để tiêu diệt cái giống chuột bẩn thỉu mang theo mầm dịch bệnh này, tôi đã phải đi xe đạp vượt hơn năm mươi cây số đường rừng, tìm đến nhà một người bạn thân tại một huyện thuộc miền thượng du để ***mượn chú chó săn thuần chủng của anh ta về nhà giúp tiêu diệt chuột***. Chú ta về nhà tôi chưa được hai ngày thì đột nhiên biến mất hồi 10 giờ đêm. Trong lúc cả gia đình tôi đổ xô đi tìm thì tôi đã nhận được một cú điện thoại từ người bạn kia gọi lại báo tin : c***on chó săn của anh ta mới cho tôi mượn, đã quay về nhà anh vào hồi 4 giờ sáng***. Như vậy, chỉ sau 6 tiếng đồng hồ chạy trong rừng, con chó đã vượt qua 50 cây số đường rừng để tìm được về nhà chủ cũ.

**4. SINH HOẠT :**

Qua các câu chuyện về loài chó trên, hãy cho biết **lòng trung thành** nghĩa là gì ? Lòng trung thành có cần trong **cuộc sống chung vợ chồng** và trong **quan hệ xã hội** không ? Tại sao ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Thiên Chúa Cha từ bi nhân hậu. Chúng con thấy **loài chó luôn trung thành với chủ nhân.** Xin cho chúng con cũng tuyệt đối trung thành với Chúa trong mọi hoàn cảnh**.** Đối với tha nhân, xin cho chúng con biết **ăn ở “có tình có nghĩa” với những người đã từng giúp đỡ làm ơn cho chúng con, tương tự như “cái nghĩa” của loài chó, không bao giờ bỏ rơi chủ nhân trong cơn hoạn nạn.** Nhờ lối sống yêu thương quên mình phục vụ, chúng con hy vọng sẽ trở thành môn đệ đích thực của Chúa Giê-su Con yêu của Chúa.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 67**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH – GIÁ TRỊ CỦA SỰ TẬN TÂM**

**1. LỜI CHÚA :** Thánh Phao-lô dạy : “Bất cứ làm việc gì, hãy **làm tận tâm như thể làm cho Chúa,** **chứ không phải cho người đời,** vì biết rằng anh em sẽ nhận được phần thưởng Chúa ban, là gia nghiệp dành cho dân Người. Đức Ki-tô là Chủ, anh em hãy phục vụ Người.”(Cl 3,23-24).

**2. CÂU CHUYỆN : MỘT NGƯỜI THỢ SƠN TẬN TÂM.**



Một anh thợ sơn được chủ thuyền yêu cầu tân trang một chiếc thuyền. Anh liền đem sơn và dụng cụ tới làm theo yêu cầu của khách hàng. Trong khi sơn, anh phát hiện thấy có một lỗ thủng nhỏ bên mạn sườn con thuyền và đã bít đi lỗ thủng ấy dù chủ thuyền không yêu cầu. Xong việc anh nhận tiền công và về nhà.

Vài hôm sau, chủ thuyền đã đến gặp và trao tặng anh một món quà giá trị cao hơn nhiều so với số tiền công sơn thuyền. Anh rất ngạc nhiên và thắc mắc về số tiền được trả thêm này ?

- Chủ thuyền đáp : Đây không phải là tiền trả cho dịch vụ sơn thuyền, mà là tiền trả thêm cho dịch vụ bít lỗ thủng bên mạn sườn con thuyền.

- À, chỉ là “chuyện nhỏ” thôi mà ! Không đáng để ông phải trả thêm cho tôi số tiền lớn như vậy đâu. Thưa ông !

- Chuyện là thế này. Khi tôi yêu cầu anh sơn lại con thuyền, tôi đã quên nói đến cái lỗ thủng bên mạn sườn con thuyền. Sau khi anh hoàn thành công việc sơn thuyền thì tôi lại không ở nhà. Mấy đứa trẻ con tôi đã rủ nhau chèo thuyền đi câu cá. Chúng không biết có một cái lỗ thủng bên mạn thuyền rất nguy hiểm. Khi tôi trở về nhà thì chúng đã chèo thuyền đi từ lâu rồi. Tôi lo sợ có thể xảy ra tai nạn cho con thuyền .

Nhưng sau đó tôi rất vui khi thấy chúng chèo thuyền bình an trở về. Tôi liền kiểm tra lỗ thủng trên chiếc thuyền và thấy anh đã cẩn thận vá lại lỗ thủng ấy rồi ! Tôi rất cảm ơn anh, vì anh đã cứu sinh mạng mấy đứa con của tôi ! Thậm chí tôi nghĩ không thể trả công cân xứng được với hành động mà anh cho là “chuyện nhỏ" đó !

**3. SUY NIỆM :**

Hãy luôn *làm việc hết sức với "cái tâm"* của mình. Chính sự làm việc “tận tâm” sẽ mang lại cho bạn *sự may mắn và thành công*...

**1) Tận tâm trong công việc :**

Làm việc tận tâm không những là *hoàn thành công việc*, mà là *chu toàn công việc với hết khả năng để đạt kết quả tối đa,* bằng cách : *suy nghĩ trước khi hành động* và *hy sinh mọi sự để đạt kết quả tối đa*. Nói cách khác người tận tâm trong công việc là người *có tinh thần trách nhiệm cao khi thực hiện tốt nhất công việc được trao phó*.

**2) Làm thế nào để trở thành một người tận tâm ? :**

***a- Tận tâm là quyết tâm làm tốt nhiệm vụ được giao :***

Trong công việc, chẳng có việc nào nhỏ đến mức bạn có thể *làm cẩu thả.* Cũng không có việc nào ít quan trọng để bạn có thể *xem thường bỏ qua*. Việc lớn được hình thành từ các việc nhỏ cộng lại. Nếu bỏ qua những việc nhỏ, bạn sẽ không thể hoàn thành được việc lớn. Do đó, hãy *giải quyết những việc nhỏ bằng sự tận tâm, với hết tinh thần và trách nhiệm của mình*. Khi đó bạn sẽ dễ dàng được người khác tín nhiệm và về sau sẽ có cơ hội được trao làm các việc lớn hơn.

***b- Đánh giá thang điểm về sự tận tâm của bản thân :***

Hãy tự kiểm tra qua một số câu hỏi như : Bạn có thường *lên mạng xã hội để “chat”* với bạn bè trong khi công việc đang làm còn chưa xong hay không ? Bạn có *làm ngay công việc phải làm hay lại trì hoãn đến khi sắp hết hạn* mới vội vàng làm hay không ? Bạn có cố gắng *hoàn thành tốt* công việc được cấp trên giao không ? Bạn có sẵn lòng *làm thêm một vài việc liên quan ngoài hợp đồng*, mà *không đòi thêm tiền công đã tự nguyện làm thêm đó*  hay không ?

**4. SINH HOẠT : Làm việc tận tâm** có đồng nghĩa với **tinh thần trách nhiệm cao** không ? Tại sao ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin giúp chúng con **chu toàn các việc bổn phận cách nghiêm túc :** luôn làm mọi việc *v****ới hết khả năng và không ngại bỏ thêm công sức thời gian*… để *công việc đạt kết quả tốt nhất.*** Xin cho chúng con luôn làm mọi việc để ***làm vinh Danh cho Thiên Chúa và vì phần rỗi các linh hồn*.-** AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI ĐỌC THÊM**

**MỘT CÁCH TỰ KIỂM TRA THÀNH QUẢ CỦA CÔNG VIỆC**

Một cậu bé tầm 13 - 14 tuổi đi vào một hiệu thuốc xin gọi nhờ một cuộc điện thoại. Người chủ tiệm vui vẻ đồng ý. Ông vừa làm việc vừa để mắt quan sát cậu bé.

Đầu bên kia điện thoại đổ chuông và có tiếng chào của một người phụ nữ lớn tuổi.

- Xin chào, bà có cần người giúp việc cắt cỏ trong vườn không ạ? - Cậu bé lên tiếng.

- Ồ, cảm ơn cháu, nhưng ta đã có người làm việc đó rồi - Người phụ nữ đáp lại.

- Nhưng thưa bà, cháu có thể cắt cỏ với giá chỉ bằng một nửa so với giá người đang làm công cho bà.

- Ồ, nhưng ta đang rất hài lòng với người cắt cỏ hiện tại rồi cháu ạ.

Cậu bé tiếp tục nài nỉ :

- Cháu hứa ngoài việc cắt cỏ sẽ còn quét dọn vỉa hè và lối đi trong vườn miễn phí nữa, thưa bà.

- Không đâu cháu ạ. Rất cảm ơn cháu. Nhưng cho ta xin lỗi nhé. Ta rất hài lòng với người cắt cỏ hiện đang làm việc cho ta

Điện thoại cúp. Người chủ cửa hàng đã lắng nghe toàn bộ câu chuyện và cảm thấy muốn giúp đỡ cậu bé kiên trì này.

- Này cậu bé. Có vẻ như cháu đang rất cần có được công việc cắt cỏ phải không ? Ta thích thái độ cầu thị và kiên trì của cháu. Ta muốn cháu đến cắt cỏ cho gia đình ta vào đầu tuần tới.

Cậu bé mỉm cười : "Dạ không thưa bác. Cháu cảm ơn ạ.”

Người chủ tiệm rất ngạc nhiên : "Chẳng phải cháu đang tìm một công việc hay sao ?

Cậu bé nhỉ nhảnh đáp : "Cháu chỉ đang ***kiểm tra chất lượng công việc của mình đang làm*** thôi ạ. Cháu chính là người đang cắt cỏ cho bà chủ cháu vừa mới nói chuyện xong".

**BÀI HỌC RÚT RA :**

Những ai làm việc chăm chỉ, tận tâm và có trách nhiệm cao sẽ luôn được người khác đánh giá cao và sẽ được đền bù xứng đáng bằng tình cảm quý mến chân thành.

**BÀI 68**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH – GIÁ TRỊ CỦA SỰ LẠC QUAN**



**1. LỜI CHÚA :**

"Lạy Chúa, con tin cậy vào tình thương Chúa. Được Ngài cứu độ, **lòng con sẽ vui mừng**. Con sẽ **hát bài ca dâng Chúa vì phúc lộc Ngài ban**" ( Tv 12, 6).

**2. CÂU CHUYỆN : LẠC QUAN CẢ KHI GẶP THỬ THÁCH.**

Một cô gái nhỏ đi bộ đến trường vào một hôm trời đang mưa to. Lúc về nhà xem ra thời tiết còn bị xấu hơn : gió bắt đầu rít mạnh cùng với sấm chớp ầm ầm. Trong lúc đó bà mẹ ở nhà lòng đầy lo lắng nên đã mặc áo mưa và che dù đến trường đón con. Bà rất ngạc nhiên khi nửa đường gặp con đang về nhà trong mưa. Bà mẹ thấy con mình cứ nhìn lên trời mỉm cười mỗi khi có tia chớp lóe sáng lên. Khi được hỏi tại sao lại mỉm cười khi thấy chớp sáng, cô bé hồn nhiên trả lời : **“Vì con muốn cho mặt mình được xinh đẹp hơn, mỗi khi Thiên Chúa nháy chụp con bằng đèn “phát””.**

Câu chuyện cho chúng ta bài học về cách ứng xử trước các gian nan thử thách. Mỗi người chúng ta cần có **thái độ lạc quan để bình tĩnh và kiên trì đương đầu với các nghịch cảnh, và biến khó khăn thành cơ hội giúp thăng tiến**, như có người đã nói : ***“Người lạc quan nhìn thấy cơ hội trong từng khó khăn. Còn người bi quan lại thấy khó khăn trong từng cơ hội”.***

Dưới ánh nắng mặt trời, người nào, vật nào cũng tạo ra một bóng đen. Tấm gương nào cũng có mặt trái của nó. Người tốt, người xấu cũng đều đan xen với nhau trong xã hội. Điều quan trọng là phải **hành xử khôn ngoan để đạt kết quả tốt đẹp.**

**3. SUY NIỆM :**

1) Có hai loại người trong xã hội: **bi quan và lạc quan.** Người bi quan nhìn cuộc đời *qua kính đen, nên chỉ nhìn thấy người xấu việc xấu*. Người lạc quan nhìn cuộc đời bằng *mắt kính màu hồng, luôn nhìn thấy người đẹp* *việc tốt* trong cuộc sống.

- **Lạc quan là luôn suy nghĩ tích cực :** Luôn nhìn nhận và đánh giá sự vật, hiện tượng ở phương diện tốt đẹp. Người lạc quan sẽ *tin tưởng* vào những điều mình đang làm hay sắp làm, luôn *mỉm cười* trong mọi hoàn cảnh, làm việc với một *tinh thần thoải mái, hân hoan, hạnh phúc*. Một triết gia đã nói : Hãy luôn quay mặt nhìn về phía mặt trời, bạn sẽ không còn thấy bóng đen phía sau lưng.

**- Lạc quan là một phẩm chất vô cùng cần thiết trong cuộc sống** : Lạc quan giúp chúng ta vượt qua mọi khó khăn, thử thách để đạt tới thành công. Sống lạc quan giúp ta *mạnh mẽ,* *hướng tới tương lai tươi sáng* cho dù thực tại có u ám đến đâu đi nữa. Có tinh thần lạc quan, *cuộc sống của chúng ta sẽ trở nên tốt đẹp hơn, luôn tràn ngập niềm vui và hạnh phúc.*

**- Lạc quan còn mang đến hạnh phúc cho cả những người chung quanh ta:** Vì tình cảm vốn luôn lan truyền từ người này sang người khác. Khi ta hân hoan, vui vẻ thì những người chung quanh chúng ta cũng mừng vui hạnh phúc.

**- Lạc quan cũng giúp chúng ta trở nên đẹp hơn trong mắt người xung quanh** : Chính sự lạc quan đã giúp ta mở rộng cánh cửa tâm hồn đón nhận mọi người. Thái độ lạc quan dễ đưa người ta xích lại gần nhau hơn. Người có tinh thần lạc quan bao giờ cũng có những phẩm chất tốt đẹp kèm theo như : tự tin, dũng cảm, kiên trì …

**- Người có tinh thần lạc quan luôn có nét mặt vui tươi :**Tâm hồn họ lúc nào cũng phong phú rộng mở. Họ luôn tìm thấy trong các việc hàng ngày những lý do để *vui sống, để sống có ý nghĩa và có ích*. Họ có cách nhìn người bằng cặp mắt *bao dung* và luôn *thấy những điều tốt đẹp trong tha nhân và trong cuộc sống.*

**4. SINH HOẠT :**

Bạn nên nhìn các sự kiện xảy ra trong cuộc đời bạn bằng cặp mắt lạc quan hay bi quan ? Tại sao ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin giúp chúng con luôn *có cái nhìn lạc quan khi gặp bất cứ hoàn cảnh nào, để chúng con bình tĩnh suy nghĩ và tìm ra giải pháp để giải quyết vấn đề cách tốt nhất*. Xin cho chúng con luôn *làm mọi việc với hết khả năng và phó thác thành quả trong tay Chúa quan phòng*, noi gương Chúa trong cuộc khổ nạn đã cầu xin với Chúa Cha : **“Lạy Cha, con xin phó thác hồn con trong tay Cha”** (Lc 23,46).- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI ĐỌC THÊM**

**TẬP CƯỜI MỘT MÌNH :**

Một thiền sư đã hỏi tôi là học trò của thầy :

- Trò thường làm gì đầu tiên sau khi thức dậy ?

- Dạ *vào phòng tắm*.- Tôi trả lời.

- Thầy hỏi tiếp : Trong phòng tắm *có gương soi* không?

- Dạ *có*.

- Tốt. Vậy từ nay, mỗi sáng thức dậy, trước khi đánh răng, trò hãy ***nhìn vào tấm gương soi*** và ***hãy nở một nụ cười thật tươi với chính mình.***

- Thưa thầy. Buổi tối em thường đi ngủ rất khuya, nên sáng thức dậy em luôn cảm thấy uể oải, nên chắc em sẽ không dám nhìn vào mặt mình trong gương để mỉm cười được.

Thầy cười, rồi nhìn vào mắt tôi và nói :

- Nếu em không cười được tự nhiên thì hãy ***đưa hai ngón tay trỏ thọc vào miệng qua hai khóe môi, và kéo căng ra như thế này.***

Vừa nói thầy vừa biểu diễn cho tôi xem.

Dáng vẻ của thầy lúc đó trông rất tức cười khiến tôi bật cười. Thầy ***lệnh cho tôi phải làm theo và tôi quyết tâm sẽ làm theo lời thầy dạy***.

Sáng hôm sau, tôi bước xuống khỏi giường và lảo đảo đi vào phòng tắm. Tôi nhìn tôi trong tấm gương. “Ừ !” Trông cũng không được đẹp lắm. Tôi ***không thể nở nụ cười tự nhiên được*** nên tôi đã đưa hai ngón trỏ vào trong hai khóe môi rồi kéo căng ra. Tôi ***nhìn thấy một khuôn mặt ngốc nghếch đang làm một trò điên khùng và tôi đã không nhịn được cười***. Khi có một nụ cười tự nhiên rồi, tôi lại thấy một người trong gương đang mỉm cười với tôi, và tôi đã cười đáp lại.

Sau đó cứ mỗi buổi sáng dù tâm trạng thế nào chăng nữa, tôi cũng đều ***mỉm cười với mình trong gương,*** thường thường bằng cách dùng hai ngón tay. Những người xung quanh nói ***dạo này tôi hay cười.*** Có lẽ những cơ bắp trên khuôn mặt tôi đã quen dần với tư thế ấy rồi.

- Mỗi người chúng ta ai cũng có thể tập cười với hai ngón tay trỏ bất cứ lúc nào trong ngày. Nó đặc biệt ***có hiệu quả khi chúng ta cảm thấy chán ngán, nản chí, hay phiền muộn.*** Người ta đã chứng minh rằng tiếng cười làm tiết ra chất ***endorphin*** vào trong máu của chúng ta, mà chất này lại làm tăng cường hệ miễn dịch và làm cho chúng ta ***cảm thấy hạnh phúc***. Nó giúp chúng ta nhìn thấy *998 viên gạch tốt* trong bức tường của chúng ta, chứ không phải chỉ nhìn thấy *hai viên gạch xấu*. Và ***nụ cười làm cho nét mặt của chúng ta thêm rạng rỡ tươi đẹp hơn.***

**BÀI 69**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH - LÀM CHỦ TÍNH NÓNG GIẬN**



**1. LỜI CHÚA :** Thánh Phao-lô khuyên : **“Đừng bao giờ chua cay gắt gỏng, nóng nảy giận hờn, hay la lối thóa mạ, và hãy loại trừ mọi hành vi gian ác. Trái lại, phải đối xử tốt với nhau, phải có lòng thương xót và biết tha thứ cho nhau, như Thiên Chúa đã tha thứ cho anh em trong Đức Kitô” (Ep 4,31-32).**

**2. CÂU CHUYỆN : NGƯỜI ĐÁNH CÁ VÀ ANH CHÀNG SA-MU-RAI.**

Người đánh cá nói : “Tôi xin lỗi, nhưng năm vừa qua thật tệ, tôi không có đồng nào để trả ngài.” Chàng sa-mu-rai nổi nóng, rút kiếm ra định giết người đánh cá ngay lập tức. Rất nhanh trí, người đánh cá nói : “Tôi cũng đã học võ. Nhưng sư phụ tôi lại khuyên ***không nên đánh nhau khi đang tức giận.”*** Chàng sa-mu-rai nhìn người đánh cá một lúc, sau đó từ từ hạ kiếm xuống và nói :

“Sư phụ của ngươi rất khôn ngoan. Sư phụ của ta cũng dạy ta như vậy. Ðôi khi ta không kiểm soát được nỗi giận dữ của mình. Ta sẽ cho ngươi thêm một năm nữa để trả nợ và lúc đó dù chỉ thiếu một xu thôi thì chắc chắn ta sẽ giết ngươi.”

Chàng sa-mu-rai trở về nhà khi đã khá muộn.

Ông nhẹ nhàng đi vào nhà vì không muốn đánh thức vợ, nhưng ông ta rất bất ngờ khi thấy vợ mình và một kẻ lạ mặt mặc quần áo sa-mu-rai đang ngủ chung trên giường.

Nổi điên lên vì ghen và giận dữ, anh rút kiếm định giết cả hai, nhưng đột nhiên lời của người đánh cá văng vẳng bên tai : “***Ðừng hành động khi đang giận dữ.”***

Chàng sa-mu-rai ngừng lại, thở sâu, sau đó cố tình gây ra tiếng động lớn. Vợ ông thức dậy ngay lập tức, kẻ lạ mặt cũng vậy, hoá ra đó chính là mẹ ông.

Ông gào lên : “Chuyện này là sao vậy. Suýt nữa con đã giết cả hai người rồi !”

Vợ ông giải thích : “Vì sợ kẻ trộm lẻn vào nhà nên thiếp đã cho mẹ mặc quần áo của chàng nhằm để doạ chúng.”

Một năm sau, người đánh cá gặp lại chàng sa-mu-rai và phấn khởi nói :

“Năm vừa qua thật tuyệt vời, tôi đến để trả nợ cho ngài đây, có cả tiền lãi nữa”.

Chàng sa-mu-rai đáp : “Cầm lấy tiền của ngươi đi. Ngươi đã trả hết nợ cho ta rồi".

**3. SUY NIỆM :**

Một người hay nổi giận, la hét, đập phá đồ đạc, ưa gây gỗ chửi mắng đánh đập người khác sẽ có thể gây ra nhiều hậu quả tai hại khôn lường cho bản thân và người khác. Đối với bản thân, ***sự nóng giận sẽ tác hại gây bệnh tim mạch, tiểu đường, đau dạ dày, sơ gan và có thể bị đột quỵ,…*** Cơn nóng giận lại thường đến rất bất ngờ và khó kiểm soát, nên chúng ta cần phải tìm cách khắc phục.

Sau đây là một số ***biện pháp giúp chế ngự cơn nóng giận***, hầu bảo vệ sức khỏe bản thân và tao bầu khí an bình hạnh phúc cho gia đình, khu phố và nơi làm việc.

**1) Hít thở sâu trong vòng 10 giây :** Nghe có vẻ đơn giản nhưng hành động này lại được đánh giá là một trong những biện pháp khá hiệu quả để kiềm chế sự nóng giận. Khi cảm thấy bức xúc đang gia tăng, hãy lập tức *dừng lại nhắm mắt, hít thở sâu trong vòng 10 giây*, bạn sẽ có thể nhanh chóng kiềm chế được cảm xúc của mình và lấy lại được sự bình tĩnh.

**2) Hãy suy nghĩ kỹ trước khi nói :** Dù đang tức giận đến đâu và muốn “xả” hết mọi thứ bạn nghĩ trong đầu thì bạn hãy nhớ lời khuyên của tiền nhân : *“Hãy uốn lưỡi bảy lần trước khi nói”*. Bạn hãy suy nghĩ xem những gì sắp nói ra, liệu có làm ta phải hối hận sau này hay không ?

**3) Chia sẻ với người thân :** Thay vì đi tìm để dằn mặt kẻ thù, bạn hãy tìm gặp *một người bạn thân* để *chia sẻ, và* cơn tức giận của bạn có thể sẽ nhanh chóng tan biến do được người bạn thân lắng nghe và cảm thông. Bạn chắc cũng sẽ nhận được lời khuyên hữu ích từ người bạn này.

**4) Làm điều mình ưa thích :** Thay vì cố gắng xả bớt sự tức giận bằng lời nói la hét, bằng hành động đập phá… thì bạn hãy *làm điều bạn ưa thích* như : xem một bộ phim hài hước, nghe một bản nhạc hay… Bấy giờ bạn sẽ sớm lấy lại được bình tĩnh.

**5) Hãy tìm hiểu rõ ràng sự việc trước khi hành động đáp trả :** Khi bạn không hài lòng về một lời nói của ai đó, hãy *hỏi lại xem họ thực sự muốn nói gì, để tránh sự hiểu nhầm* đáng tiếc.

**6) Hãy nhìn lại mình :**Hãy *giảm bớt “cái tôi” xuống :* Trong nhiều trường hợp, người khác chỉ muốn điều tốt cho bạn, nhưng có thể bạn *chưa hiểu và nghĩ là họ đang chế nhạo hoặc nói xấu mình.* Hãy bình tĩnh suy nghĩ xem trường hợp này có nên và có đáng phải tức giận không.

**7) Giải trí bằng đọc sách xem phim :**Một cuốn sách hay, một bài hát ưa thích, một hài kịch vui… có thể giúp bạn thoát khỏi những cảm xúc buồn bực bi quan, nhờ đó bạn sẽ *sớm lấy lại bình an và có hành động tích cực* hơn.

**8)** **Cầu nguyện :** Cầu nguyện giúp người tín hữu kiềm chế được tính nóng. Nhờ ơn Chúa giúp, chúng ta sẽ dễ *cảm thông tha thứ, dễ nhẫn nhịn chịu đựng* tha nhân và sẽ *gây được thiện cảm* của nhiều người, là điều kiện để thành công trong mọi việc…

**4. THẢO LUẬN :**

**Trong cuộc sống thường ngày, có khi nào bạn đã hành xử theo tính nóng đối với kẻ đã làm mình tức giận không ? Bạn quyết tâm sống lời “Hay nhịn chớ hờn giận” trong kinh Cải tội bảy mối ra sao ?**

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su, Đấng hiền lành và khiêm nhường trong lòng. Xin cho chúng con làm chủ được tính nóng giận bằng cách học nơi Chúa sự khiêm tốn và nhẫn nhịn chịu đựng tha nhân. Xin cho chúng con trở thành khí cụ bình an của Chúa, để trở thành người kiến tạo bình an trong gia đình, khu xóm, sở làm và mọi nơi chúng con hiện diện… Hầu xứng đáng nên môn đệ đích thực của Chúa.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 70**

**HOÀN THIỆN NHÂN CÁCH - HAY NHỊN CHỚ HỜN GIẬN**

**1. LỜI CHÚA :** Hai môn đệ Người là ông Gia-cô-bê và ông Gio-an nói rằng : **“Thưa Thầy, Thầy có muốn chúng con khiến lửa từ trời xuống thiêu hủy chúng nó không?” Nhưng Đức Giê-su quay lại quở mắng các ông. Rồi Thầy trò đi sang làng khác. (Lc 9,54-56).**

**2. CÂU CHUYỆN : CÁCH TRỪ KHỬ THÓI XẤU NÓNG GIẬN.**



Có một cậu bé có tính hay tức giận và nổi điên lên mỗi khi gặp điều trái ý. Lần kia, cha cậu đưa cho cậu một hộp đinh và bảo : ***“Mỗi khi con mất bình tĩnh và tức giận, thì con hãy cần búa đóng một chiếc đinh lên cánh cửa gỗ ở nhà kho nhé”.*** Trong mấy ngày đầu mỗi ngày cậu đã phải đóng từ ***30 đến 40 cây đinh*** lên cánh cửa nhà kho. Vài tuần sau, cậu đã dần dần biết cách ***làm chủ bản thân và kềm chế được cơn giận.*** Số đinh đóng trên cánh cửa ***giảm bớt xuống còn 10 rồi 5 cái mỗi ngày***. Thế rồi sau cùng cũng tới lúc cậu bé hãnh diện đến thưa với cha rằng : ” Thưa cha, ***hôm nay con không còn phải đóng thêm bất cứ cái đinh nào lên cánh cửa nhà kho nữa,*** vì con đã ***hoàn toàn chế ngự được tính nóng giận của mình***. Nghe xong, cha cậu liền xoa đầu động viên con : “Con ngoan lắm. Từ nay trở đi, nếu ngày nào con không nổi giận, thì con hãy ***dùng kìm để tháo một cây đinh ra khỏi cánh cửa nhà kho nhé***”.

Một năm sau câu bé lại hãnh diện báo cáo với cha rằng ***tất cả những cây đinh trên cánh cửa nhà kho đều đã được nhổ ra hết***. Bấy giờ người cha liền nói với con : ”Con thực đáng khen. Nhưng **con hãy nhìn vào những lỗ đinh trên cánh cửa kia. Chúng giống như những vết sẹo sần sùi, mà con sẽ không bao giờ có thể làm cho nhẵn nhụi đẹp đẽ lại giống lúc trước. Vì trong lúc nóng giận, con đã thốt ra những lời xúc phạm đến danh dự của người khác, giống như các vết đinh đã biến thành những vết sẹo, tiếp tục tồn tại trên cánh cửa nhà kho. Cho dù con có nói bao nhiêu lời xin lỗi, thì những vết sẹo tinh thần trong lòng những người bị con xúc phạm vẫn còn đó !”**

**3. SUY NIỆM :**

Trong các thói hư, có ***một thói xấu cần phải sửa chữa càng sớm sàng tốt là thói hay nổi giận khi gặp điều trái ý.*** Đây là một thói xấu bắt nguồn từ tình trạng ***tâm sinh lý bất ổn*** hoặc từ thói ***kiêu căng tự mãn và tư ái tự cao***… nên dễ nổi xung và thốt ra những ***lời chửi rủa*** lăng mạ người khác, đồng thời còn ***hành động gây hấn*** ảnh hưởng không tốt đến quan hệ với tha nhân. Vậy người hay nóng nảy cần ***làm gì để khắc phục sửa chữa*** thói xấu này ?

- Trường hợp người dưới làm sai gây hậu quả nghiêm trọng, thì chúng ta cần ***gặp gỡ tìm hiểu nguyên nhân*** và ***bình tĩnh xử lý phù hợp***. Tránh phản ứng ***đang lúc nóng giận và chưa điều tra để tìm ra nguyên nhân***. Vì chúng ta sẽ dễ ***kết án oan sai*** cho người khác như người ta thường nói : **“Giận quá mất khôn !”**

- Có lẽ ai trong chúng ta cũng đã có lần gặp *chuyện không vui do hoàn cảnh* hay khi nghe những lời phê bình chỉ trích của những kẻ thù ghét chúng ta. Khi ấy, chúng ta thường nổi giận, đòi giáp mặt với kẻ phát ngôn để làm cho ra lẽ… Rồi trong khi tranh cãi to tiếng, có thể chúng ta sẽ *thốt ra những lời khiếm nhã, mà khi bình tĩnh mới hối tiếc thì đã muộn*. Do đó, người trưởng thành trong tình huống này sẽ cần bình tĩnh *nhẫn nhịn chịu đựng*, *không vội nói và hành động khi đang nóng giận*. Hãy đợi đến lúc bình tĩnh, chúng ta sẽ biết phải ứng xử nói năng thế nào cho phù hợp.

- Cũng ***không cần vội lên tiếng bào chữa những tội do sự đặt điều vu khống*** : Nên nhớ rằng : “Cây ngay không sợ chết đứng !”. Cứ bình tĩnh tìm hiểu nguyên nhân tại sao có dư luận này và loại trừ nguyên nhân do mình đã gây ra khiến người khác hiểu lầm. Sau một thời gian nếu không phát sinh yếu tố mới, thì ***dư luận sẽ tự biến mất và sự thật đương nhiên được sáng tỏ.***

**4. SINH HOẠT :** Người hay nổi nóng với tha nhân thường do những ***nguyên nhân nào*** ? Người hay nổi nóng sẽ gặp những ***bất lợi gì*** trong cuộc sống chung trong gia đình hay khi giao tiếp ngoài xã hội ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin giúp chúng con biết ***làm chủ tính nóng giận***, noi gương Chúa xưa : Sau khi trách mắng hai môn đệ Gia-cô-bê và Gio-an đã nổi nóng đòi trừng phạt dân làng Sa-ma-ri dám từ chối cho thầy trò vào ở trọ, Chúa đã ***nhẫn nhịn chịu đựng và cùng môn đệ sang trọ tại làng khác gần bên***.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

