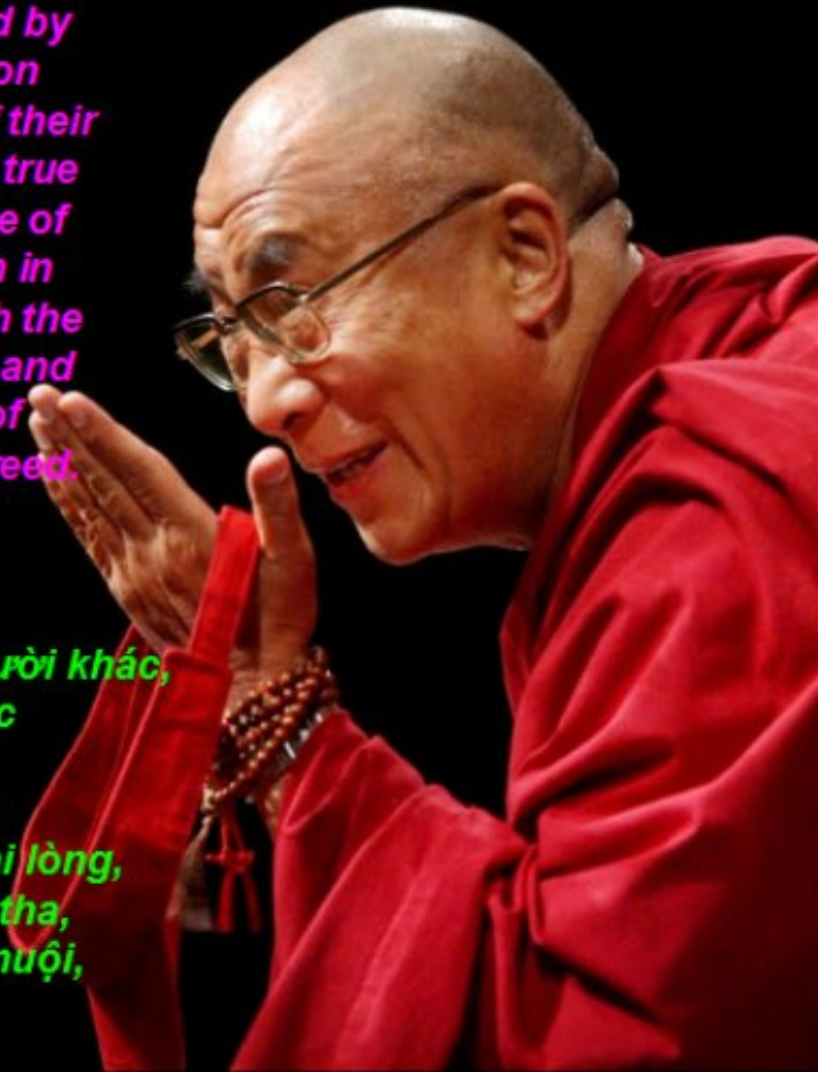


Ngôn ngữ trí tuệ của đức Đạt La Lạt Ma

I believe all suffering is caused by ignorance. People inflict pain on others in the selfish pursuit of their happiness or satisfaction. Yet true happiness comes from a sense of peace and contentment, which in turn must be achieved through the cultivation of altruism, of love and compassion, and elimination of ignorance, selfishness, and greed.

*Tôi tin rằng mọi khổ đau
đều sinh ra từ ngu muội.
Người ta gây đau đớn cho người khác,
khi ích kỷ theo đuổi hạnh phúc
hay thỏa mãn riêng mình.
Tuy nhiên, hạnh phúc thật sự
đến từ cảm giác an bình và hài lòng,
tạo ra bởi nuôi dưỡng lòng vị tha,
tình yêu, từ tâm, xóa bỏ ngu muội,
ích kỷ, và tham lam.*



The more we care for the happiness of others, the greater is our own sense of well-being. Cultivating a close, warm-hearted feeling for others automatically puts the mind at ease. It is the ultimate source of success in life.

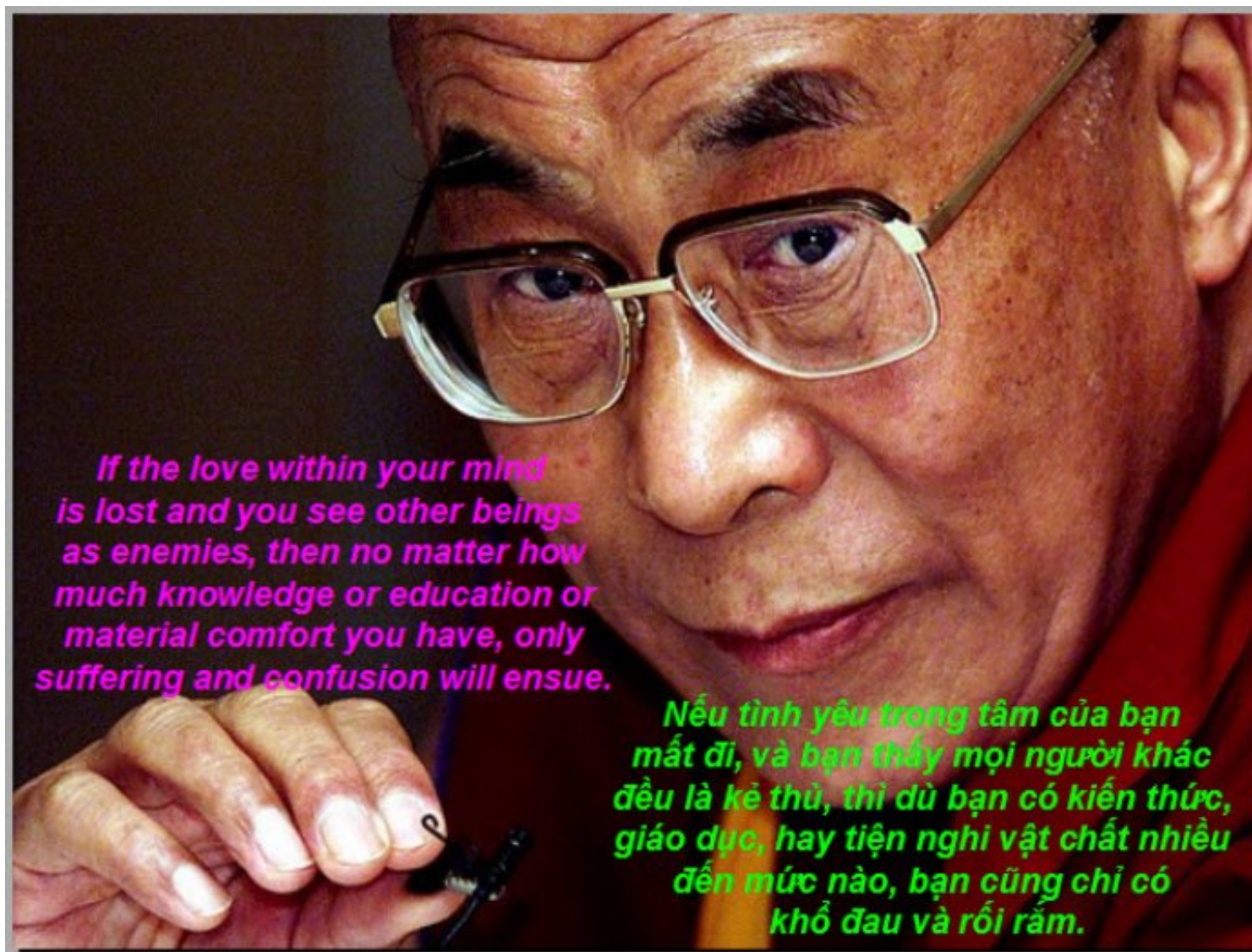
Càng quan tâm đến hạnh phúc của người khác, chúng ta càng thấy an lạc. Nuôi dưỡng cảm giác thân thiết ấm áp đối với người khác tự nhiên làm ta thoải mái trong tâm. Đó là nguồn gốc tối hậu của thành công trong đời.





*Only the development
of compassion and
understanding for others
can bring us the tranquility
and happiness we all seek.*

*Chỉ có phát triển từ tâm
và thấu hiểu người khác
mới có thể mang lại cho chúng ta
tĩnh lặng và hạnh phúc
mà tất cả chúng ta đều tìm kiếm.*

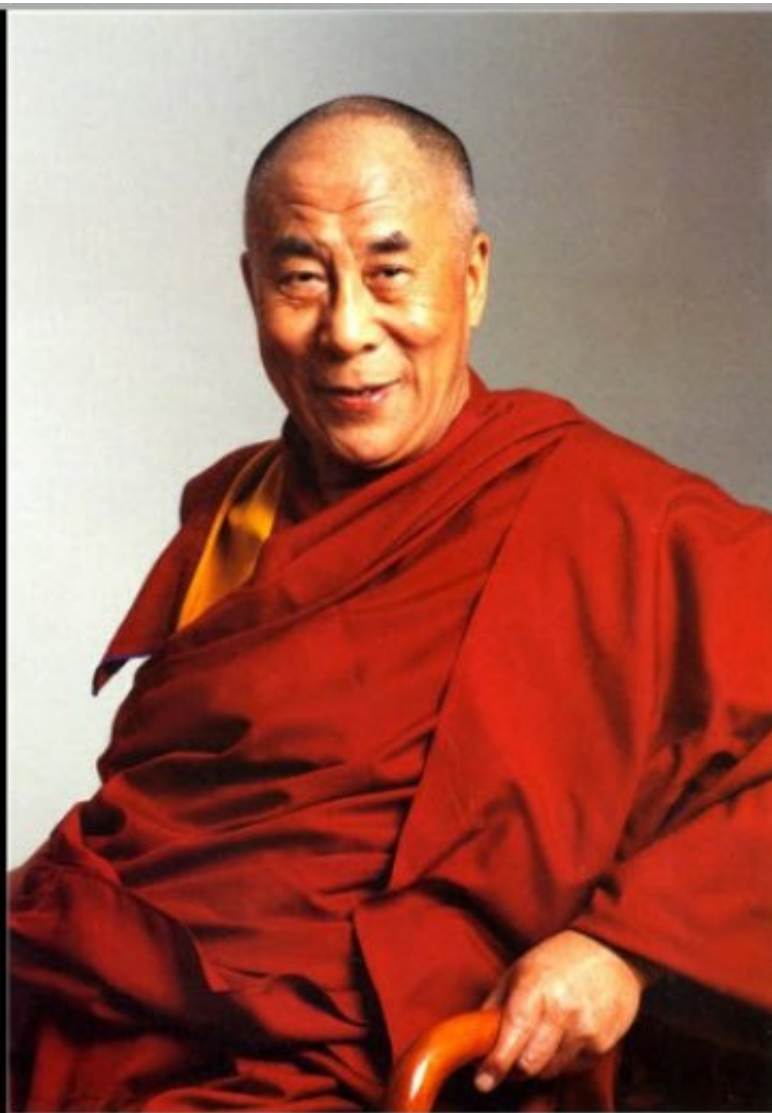


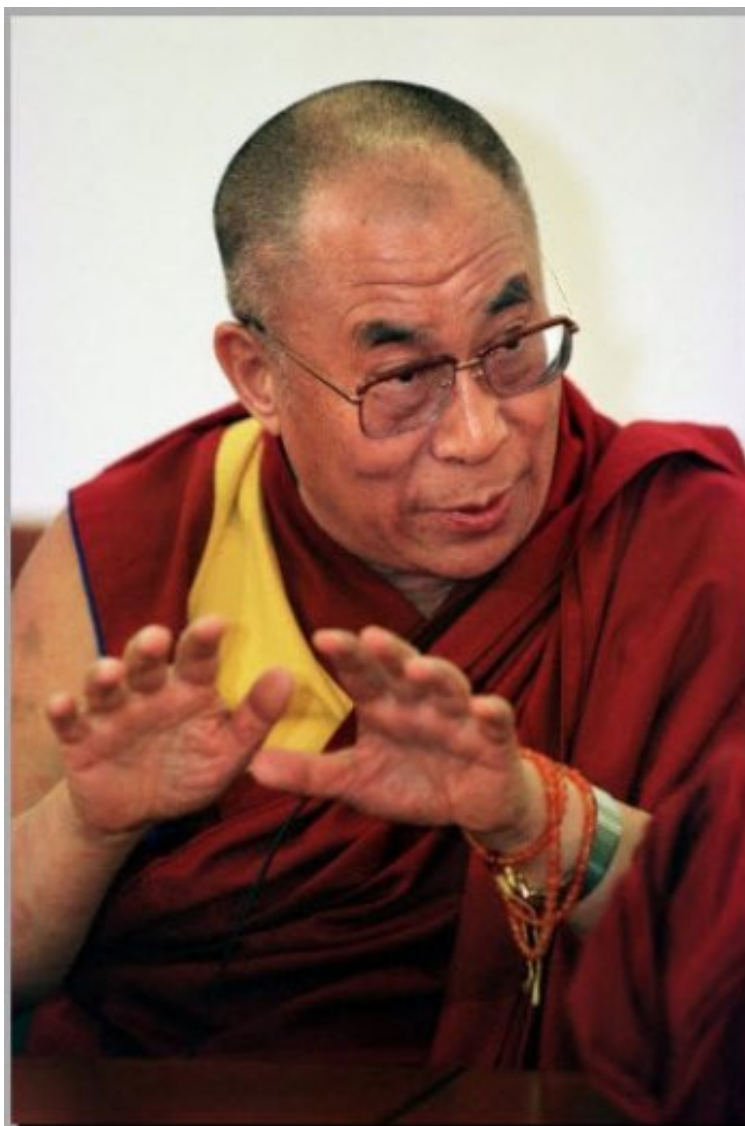
*If the love within your mind
is lost and you see other beings
as enemies, then no matter how
much knowledge or education or
material comfort you have, only
suffering and confusion will ensue.*

*Nếu tình yêu trong tâm của bạn
mất đi, và bạn thấy mọi người khác
đều là kẻ thù, thì dù bạn có kiến thức,
giáo dục, hay tiện nghi vật chất nhiều
đến mức nào, bạn cũng chỉ có
khổ đau và rối rắm.*

*Human beings are
of such nature that
they should have not
only material facilities
but spiritual sustenance
as well. Without
spiritual sustenance,
it is difficult to get
and maintain peace of mind.*

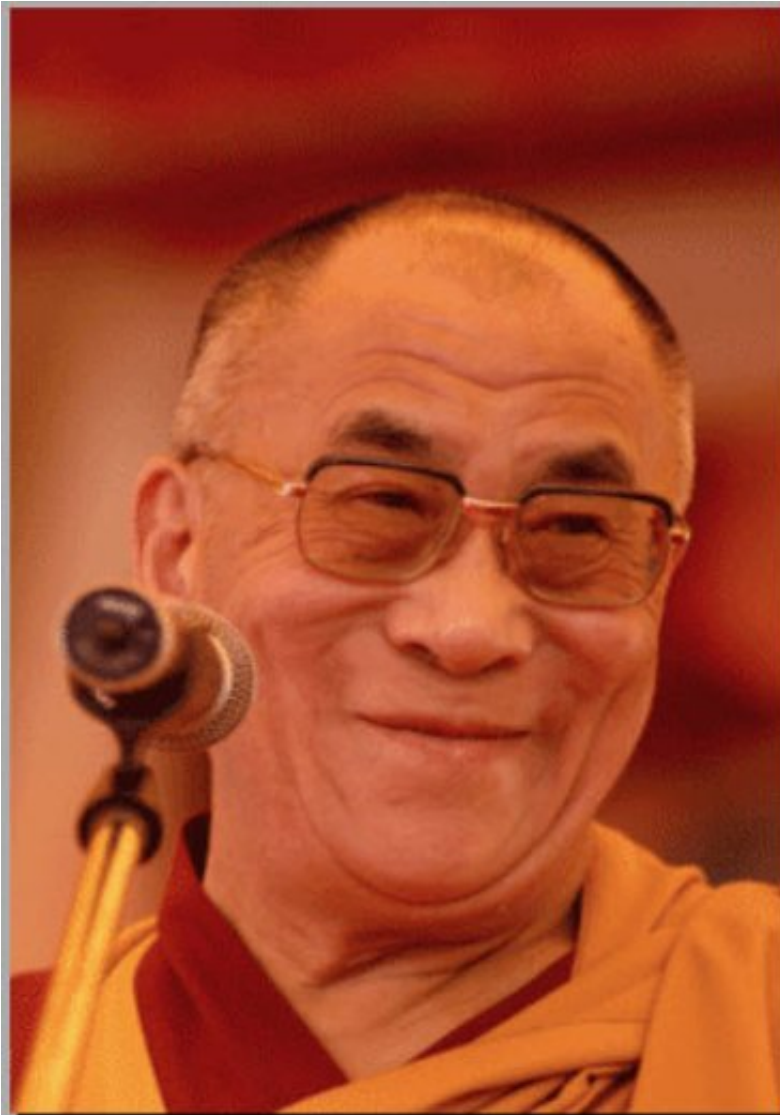
*Bản chất của con người là
không chỉ có vật chất
mà còn cần đời sống tâm linh.
Nếu không có đời sống tâm linh,
rất khó để đạt an bình và
giữ được an bình trong tâm hồn.*





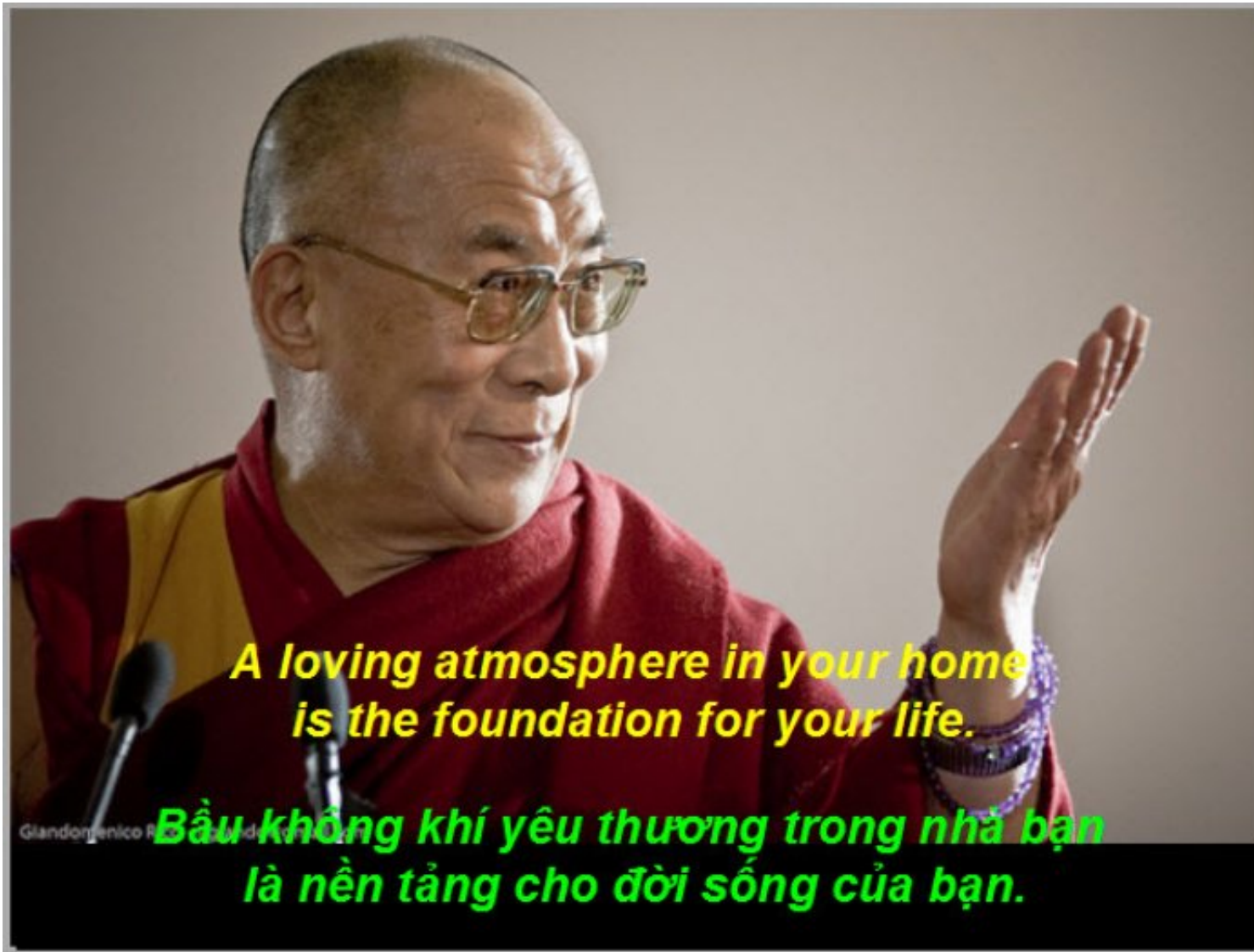
*Old friends pass away,
new friends appear.
It is just like the days.
An old day passes,
a new day arrives.
The important thing is
to make it meaningful:
a meaningful friend –
or a meaningful day.*

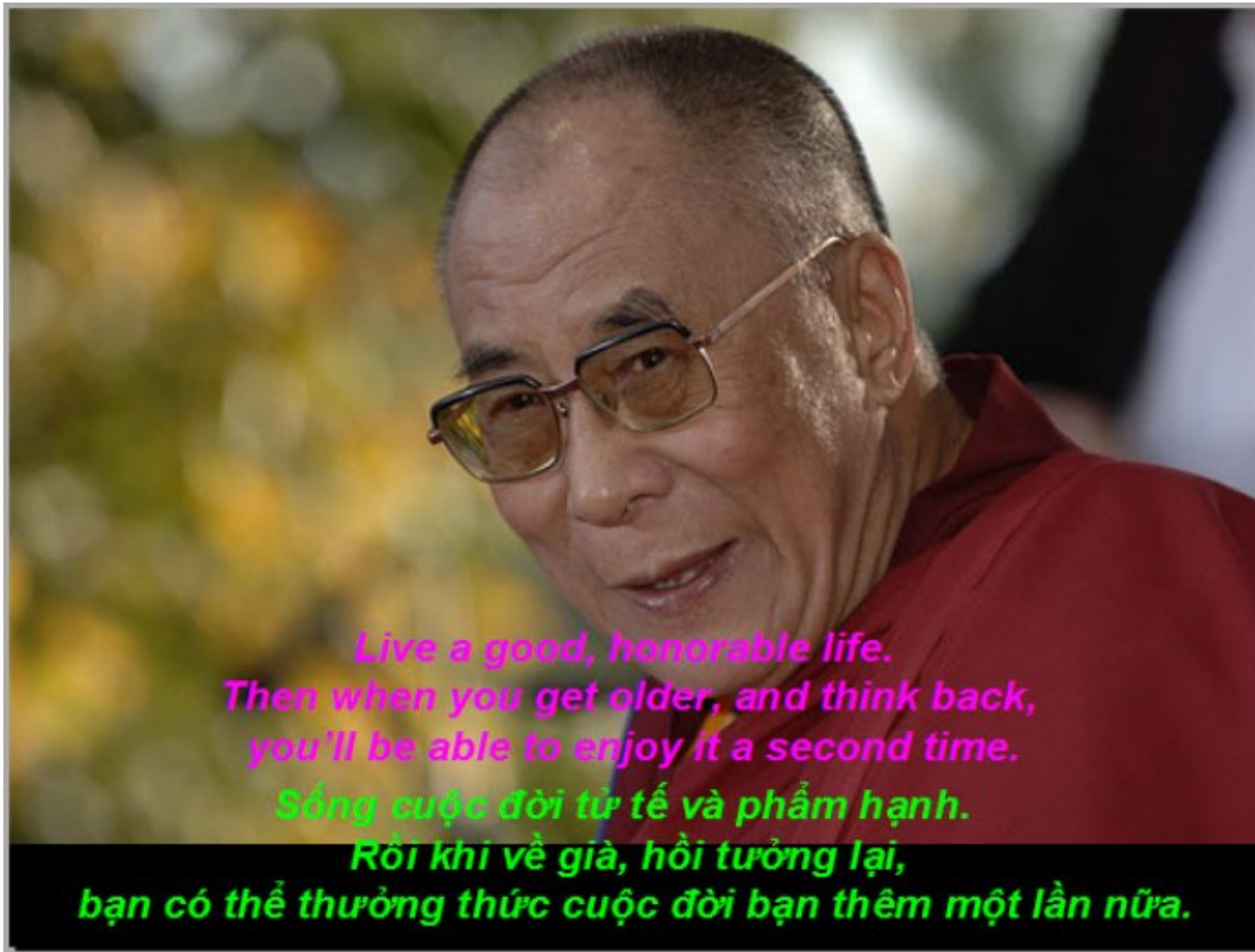
*Bạn cũ mất đi,
bạn mới đến.
Cũng như ngày tháng.
Ngày cũ qua đi,
ngày mới đến.
Điều quan trọng là
làm nên ý nghĩa:
một tình bạn có ý nghĩa –
hay một ngày có ý nghĩa.*



*In disagreements
with loved ones,
deal only with
the current situation.
Don't bring up the past.*

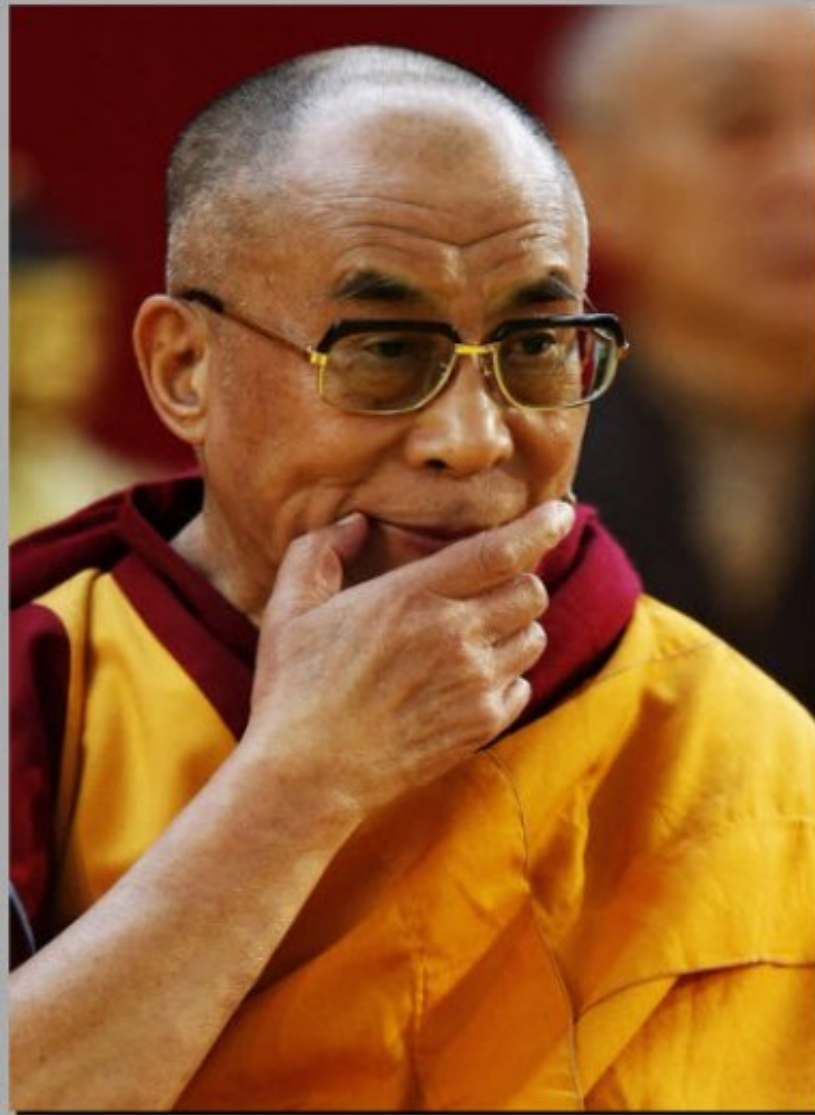
*Khi bất đồng
với người thân,
nói về chuyện
hiện tại mà thôi.
Đừng nhắc đến chuyện cũ.*





*Live a good, honorable life.
Then when you get older, and think back,
you'll be able to enjoy it a second time.*

*Sống cuộc đời tử tế và phẩm hạnh.
Rồi khi về già, hồi tưởng lại,
bạn có thể thưởng thức cuộc đời bạn thêm một lần nữa.*



*Don't let a little
dispute injure
a great relationship.*

*Đừng để một
tranh chấp nhỏ
làm tổn thương
một thâm tình lớn.*

Follow the three R's:

- respect for self***
- respect for others, and***
- responsibility for all your actions.***

Theo luật 3 T:

- Tự trọng***
- Tôn trọng người khác***
- Trách nhiệm về mọi hành động của mình***

