

Những “Điều Răn” Bạn Cần Trong Cuộc Đời



Thỉnh thoảng trong cuộc đời bạn sẽ gặp nhiều khó khăn thử thách, và việc bạn giữ vững tinh thần trong những giai đoạn này là cực kỳ quan trọng để tìm ra hướng đi thích hợp, thay vì phải lùi bước.

Dưới đây là những điều bạn nên tự nhắc bản thân mình để vượt qua khó khăn.

1. “Tôi không thể kiểm soát tất cả mọi việc xảy ra với tôi; tôi chỉ có thể kiểm soát cách thức mà tôi ứng phó đối với việc đã xảy ra, và đó là sức mạnh của tôi.”
2. “Tôi sẽ không cứ mãi để mình phải suy nghĩ về những việc đáng ra mình đã phải làm hoặc nên làm. Thay vào đó, tôi sẽ tập trung toàn lực cho những việc hiện tại.”
3. “Tôi sẽ đón nhận những việc ngẫu nhiên xảy đến trong cuộc đời mình và tôi sẽ ứng phó theo cách tốt nhất mà tôi có thể đưa ra.”
4. **“Việc mắc sai lầm lúc nào cũng tốt hơn những sự hoàn hảo giả dối.”**

Remind yourself
that it's ok
not to be perfect.

5. "Tôi sẽ không bao giờ giương giương tự đắc khi đạt được điều gì và cũng không hành xử tệ khi tôi thua cuộc."
6. "Tôi sẽ bớt suy nghĩ về việc giải quyết rắc rối và sẽ dành thời gian nhiều hơn cho việc điều khiển suy nghĩ của mình. Lúc nào tôi cũng phải có tư tưởng tích cực."
7. "Một thử thách chỉ trở thành một chướng ngại vật chỉ khi tôi đầu hàng. Tôi sẽ cố gắng nhiều lần và những lần tiếp theo phải tốt hơn những lần trước để tôi biết được mình đã làm được gì cho cuộc đời."
8. "Tôi sẽ không trốn tránh nỗi sợ hãi của mình, bởi vì những điều này không nhằm mục đích làm tôi sợ mà là để nói cho tôi biết mọi việc đều có giá trị riêng của nó."
9. "**Cuộc sống quá ngắn ngủi nên tôi chỉ dành thời gian cho những việc gì xứng đáng.**"



10. “Nếu tôi không có thời gian cho những việc hệ trọng, tôi sẽ ngừng những việc không đáng phải làm lại.”
11. “Hạnh phúc sẽ đến với tôi khi hạnh phúc ấy là từ chính bản thân tôi mà ra.”
12. “Tôi sẽ tập trung hoàn thiện bản thân mình hơn là chỉ nghĩ rằng mình sẽ tốt hơn.
13. **“Lúc nào tôi cũng sẽ bận rộn nếu như tôi cứ ganh tỵ với người khác.”**
14. “Tôi sẽ sống thật nuông chiều bản thân mình. Ngay hôm nay.”



15. “Bước tiếp theo trong cuộc đời tôi không cần phải quá to tát. Mọi thành tích lớn nhỏ đều đáng được trân trọng. Chính từng thành công nhỏ mới góp phần làm cho cuộc đời tôi thú vị hơn về sau.