

Đức Phật kể con nghe



Dharmachari Nagaraja

Tâm Anh – Quiet Wisdom Translation Project chuyển ngữ

*Đức Phật
kể con nghe*



MỤC LỤC

Đôi điều về cuốn sách	8	Nguồn nước giữa sa mạc	67
Đức Phật là ai?	10	Người nhật củi lười biếng	73
Đạo Phật là gì?	12	Con thỏ nhỏ ngổ nghịch	76
Sáu Sự Hoàn Hảo	15	Bát cơm nhỏ	81
Ngày nay, tại sao chúng ta cần đạo Phật?	16	Con công vênh váo	86
Dạy bằng truyện ngụ ngôn	18	Cái ly cũ dơ bẩn	92
Đọc sách và thư giãn	19	Con ngỗng vàng	99
Thảo luận truyện	21	Con nai đục tử tế và khôn ngoan	105
Phát triển trí tưởng tượng	22	Con khỉ tinh nghịch	110
Sức mạnh của sự hình dung	23	Quả Thận Trọng	117
Phép lạ của thiền định	24	Con sư tử và con sói rừng	123
Trước khi bạn bắt đầu	26	Vị thái tử còn nhiều điều cần học hỏi	129
Chú vẹt nhỏ dũng cảm	29	Hòn đảo yêu tinh	133
Con rùa và hai con vịt	35	Học thiền	136
Hoàng tử và quái vật Lông Dính	39	Thiền với lòng từ ái	138
Con bò đục biết ơn	45	Thiền với bảy sắc cầu vồng	140
Con voi và con chó	50	Thiền với hơi thở	142
Đàn chim cun cút và người thợ săn	57	Chú thích của tác giả	143
Những nàng công chúa và cây Cánh Phượng	61		



Ngày 24 tháng Bảy năm 2018

Đôi lời chia sẻ cùng Ba Mẹ và các Bé . . .

Tập sách nhỏ này đã được thực hiện với rất nhiều tình cảm mến thương gửi đến Ba Mẹ và các Bé . . .

Trong rừng kinh sách Phật Pháp, các tác phẩm và dịch phẩm dành cho người lớn thì vô vàn vô số, trong khi ấy, sách Phật dành cho lứa tuổi thanh thiếu nhi quả thật rất ít ỏi. Khởi đầu, do sự gợi ý, góp sức và sự nhiệt tình của đạo hữu Tâm Từ Quy—một vị thiện hữu tại Hoa Kỳ, một người đã có kinh nghiệm làm mẹ và đã từng đọc tập sách này (bằng Anh ngữ) cùng với các con—mà Viet Nalanda Foundation mới có được đầy đủ nhân duyên để phát tâm chuyển ngữ và phát hành sách thiếu nhi, hỗ trợ cho nguyện vọng của đạo hữu Tâm Từ Quy.

Với sự tài trợ của Dự Án Dịch Thuật Tuệ Tĩnh - Quiet Wisdom Translation Project (QWTP), việc chuyển Việt ngữ tập sách này đã được dịch giả Tâm Anh tại Việt Nam thực hiện. Dịch giả Tâm Anh không những là một người mẹ, mà còn là một cô giáo thiện nguyện chuyên dạy Anh ngữ cho bao em thanh thiếu niên, luôn tận tâm tận tụy với các em chẳng khác nào như một bà mẹ đối với các con của mình. Dự Án Dịch Thuật cũng rất biết ơn đạo hữu Tâm Từ Quy và một thiện hữu ẩn danh (là một vị Huynh Trưởng đáng kính thuộc một Gia đình Phật tử tại Hoa Kỳ) đã cùng tổng hợp hiệu đính bản Việt ngữ, cũng như xin chân thành cảm tạ sự góp ý và hỗ trợ của các đạo hữu Nguyễn Minh Tiến, Konchog Dekyi, Lưu Việt Hoàng, các anh chị em thiện hữu thuộc Thái Hà Books,

cùng tất cả các mạnh thường quân, đã trợ duyên cho sự ra đời của tập sách thiếu nhi đầu tiên của Dự Án Dịch Thuật.

Xin được gửi đến Ba Mẹ và các Bé tập sách nhỏ bé này như là một món quà trong sáng, tươi vui, giúp Ba Mẹ và các Bé có cơ hội cùng nhau chia sẻ các câu chuyện ngăn nắp dễ thương, để cùng nuôi dưỡng sự hiểu biết, làm lớn mạnh những hạt giống của lòng nhân hậu và từ ái bên trong mỗi người.

Búp sen mỉm cười, xin mời Ba Mẹ và các Bé cùng mở sách, cùng đọc, cùng thương, và xin hồi hương mọi niềm vui và sự an lành đến tất cả muôn người muôn loài...

Dự Án Dịch Thuật Tuệ Tĩnh
Quiet Wisdom Translation Project (QWTP)
Viet Nalanda Foundation



ĐÔI ĐIỀU VỀ CUỐN SÁCH



Qua công việc phát thanh của mình, tôi khám phá ra rằng không có gì thu hút được sự chú ý và hưởng ứng của người nghe bằng một câu chuyện hay. Từ nhận xét này, tôi đã nghĩ đến việc kể lại vài câu chuyện ngắn về tiền thân của Đức Phật – những câu chuyện cổ xưa được tin là do chính Đức Phật đã kể ra. Mục đích của tôi là viết lại những truyện ngắn dễ tiếp cận không chỉ với Phật tử mà còn với mọi người – cụ thể là trẻ em. Kết quả là cuốn sách với 20 truyện ngắn này ra đời và tôi hy vọng các bạn sẽ thích thú chia sẻ với con em của mình.

Trong thế giới ngày nay, hầu hết mọi người đã quen với việc trải nghiệm mọi chuyện qua những phương tiện truyền thông như radio, phim ảnh và ti vi. Trái lại, với những truyện ngắn trong cuốn sách này, tôi hy vọng sẽ đem đến cho bạn cơ hội bước vào vai trò chủ động của người kể chuyện. Bằng cách phối hợp với những truyện ngắn, cùng đọc với con hoặc đọc cho con nghe, bạn có thể tạo ra mối quan hệ thân mật mạnh mẽ giữa bạn và con, rồi cùng nhau dong buồm vào một thế giới của huyền diệu và tưởng tượng – chia sẻ những hình ảnh, âm thanh và ngay cả những cảm xúc trong suốt cuộc hành trình. Những truyện trong cuốn sách này đã được chọn lựa kỹ lưỡng để giúp bạn và con có cái nhìn giá trị và thấu đáo về trí tuệ của Đức Phật. Chúng được kể bằng những hình thức làm cho trí tuệ đó vừa dễ hiểu, vừa vui, vừa dễ thấm nhập với con bạn.

Những truyện ngắn này được viết cho trẻ em khoảng từ 6 đến 10 tuổi. Tuy nhiên, bạn sẽ là người biết rõ khi nào chúng có lợi ích cho con bạn, bởi sự phát triển của trẻ em không đồng nhất. Mỗi truyện ngắn bắt đầu với một tranh minh họa nguyên trang, sống động và đầy màu sắc diễn tả khung cảnh chính yếu của

câu chuyện. Điều này giúp cho bé dễ liên tưởng đến những khung cảnh, nhân vật và diễn tiến của những sự kiện trong truyện. Các câu chuyện đều bắt đầu một cách giống nhau: Con bạn được yêu cầu hãy thư giãn, giữ yên lặng và chú ý lắng nghe. Điều này cốt để giúp các em dễ tập trung tinh thần trong trạng thái yên tĩnh; từ đó các em sẽ chăm chú lắng nghe, dễ hấp thụ cốt truyện, thấu nhận thông tin, có suy nghĩ sáng tạo và dễ hòa mình vào những câu chuyện. Trạng thái này cũng sẽ giúp các em sớm đi vào giấc ngủ ngon sau khi được nghe đọc truyện.



Những truyện ngắn này có thể được yêu thích một cách đơn giản như những truyện giải trí. Tuy nhiên, mỗi câu chuyện cũng truyền tải đến người nghe một cách tinh tế những bài học quý giá của đạo Phật, từ đó cả người đọc lẫn người nghe có thể hấp thụ bất cứ điều gì thích hợp với họ. Và để hỗ trợ các bậc cha mẹ, một giá trị thiết yếu của đạo Phật được làm nổi bật ở cuối mỗi câu chuyện – như là điểm khởi đầu cho cuộc thảo luận xa rộng hơn với con nếu bạn muốn. Những thông điệp này cung cấp những lời khuyên về các chủ đề như lòng từ bi, tính rộng lượng (quảng đại) và tính tạm thời (vô thường).



Trước khi đọc những truyện ngắn này, bạn nên đọc qua phần giới thiệu của cuốn sách, trong đó sẽ trình bày tiểu sử của Đức Phật và những lời dạy của Ngài, thảo luận về những nhu cầu của trẻ em và những câu chuyện có thể giúp giải quyết những nhu cầu này như thế nào, cuối cùng là trình bày một bài tập thư giãn ngắn gọn để bạn thực hành cùng với con trước mỗi lần đọc.

Trong phần kết luận của cuốn sách, bạn sẽ tìm thấy những hướng dẫn để giới thiệu một cách nhẹ nhàng với con bạn các phương pháp thực hành thiền của người Phật tử, bao gồm ba cách quán tưởng vui. Tôi chúc bạn và con cùng nhau có một hành trình vui vẻ và mỹ mãn.

ĐỨC PHẬT LÀ AI?

Đức Phật là một vị thầy tinh thần và là người sáng lập ra đạo Phật. Tên thật của Ngài là Tất Đạt Đa Cồ Đàm (Siddhartha Gautama). Ngài là một Thái tử được sinh ra trong bộ tộc Thích Ca tại xứ Nepal vào khoảng năm 566 trước Công nguyên. Khi còn nhỏ, Thái tử Tất Đạt Đa đã có những băn khoăn, lo lắng và những nỗi sợ hãi giống như chúng ta ngày nay. Ngài đã băn khoăn về những vấn đề như: “Tại sao mọi thứ luôn luôn thay đổi?”, “Tại sao chúng ta trở nên già hơn?” và “Tại sao con người ai cũng có những nỗi buồn?” Ở tuổi 20, Thái tử đã nhận ra rằng cuộc sống vương giả huy hoàng mà Ngài đang được hưởng không thể mang lại cho Ngài niềm hạnh phúc thật sự. Vì thế, Ngài đã từ bỏ lâu đài và gia đình để đi tìm ý nghĩa chân thực của cuộc đời và chìa khoá của an lạc bằng cách sống đơn giản và trải nghiệm những lời dạy, những triết lý trong thời đại của Ngài.



Sau sáu năm nay đây mai đó với cuộc sống giản dị, Ngài đã theo học những bậc thầy vĩ đại và đã học cách thiền định, nhưng Ngài vẫn cảm thấy không hạnh phúc. Cho đến một hôm Ngài quyết định ngồi thiền định dưới một gốc cây lớn, gọi là cây Bồ Đề, và ở lại đó cho đến khi tìm được những câu trả lời mà Ngài đang theo đuổi. Sau nhiều ngày thiền định thâm sâu, Ngài đã trải nghiệm một sự bừng sáng phi thường của trí tuệ. Với trí tuệ này, Ngài đã hiểu rõ nguyên nhân và bản chất đích thực “sự đau khổ” của đời người và làm sao để ngăn ngừa nó – Ngài đã “Giác Ngộ”.

Trong suốt cuộc đời còn lại, Đức Phật đã chu du khắp Ấn Độ để dạy cho mọi người biết con đường dẫn đến Giác Ngộ, một hành trình tu học được gọi là Pháp. Dần dần, nhiều người đã đi theo Đức Phật để tu học, nhóm người này được gọi là Tăng Già. Đức Phật khuyến khích Tăng Già nên tự mình suy nghĩ. Đức Phật đã khuyến cáo họ rằng không nên nghe theo những lời dạy của Ngài chỉ vì chính Ngài đã nói ra, mà tự thân mỗi người hãy kiểm nghiệm những lời dạy đó. Đức Phật đã dạy đủ mọi hạng người trong xã hội.



Mặc dù Đức Phật đã nhập Niết Bàn ở tuổi 80 vào khoảng năm 486 trước Công nguyên, nhưng những lời dạy của Ngài vẫn sống mãi. Những lời cuối của Ngài được nhắc lại là: “Vạn vật là vô thường, hãy nỗ lực với sự tỉnh thức.” Phật, Pháp, Tăng, được biết như là ba ngôi báu (Tam Bảo) hoặc ba nơi để nương tựa (Tam Quy), vẫn là trái tim của đạo Phật ngày nay.

*Nguyện cầu cho tất cả chúng sanh đều được an lành.
Nguyện cầu cho tất cả chúng sanh đều được hạnh phúc.
Nguyện cầu cho tất cả chúng sanh đều thoát khỏi khổ đau.*

– Những lời cầu nguyện truyền thống của đạo Phật

ĐẠO PHẬT LÀ GÌ?

Trải qua nhiều thế kỷ, đạo Phật đã phát triển thành nhiều hình thức khác nhau tại nhiều nước, đồng thời cũng thay đổi để dung hòa với văn hóa và phong tục của mỗi địa phương. Tuy nhiên, những lời dạy căn bản của Đức Phật vẫn giống nhau ở mọi nơi. Những ý tưởng quan trọng nhất bao gồm niềm tin vào bất bạo động, vào sự hiểu biết và chấp nhận những khác biệt, cùng với lòng từ bi.

Đức Phật đã dạy rằng, chúng ta phải hiểu đúng bản chất của cuộc đời trước khi chúng ta có thể cải thiện đời sống của chính mình để trở nên hạnh phúc hơn, vì vậy Ngài đã đúc kết bốn sự thật cao quý gọi là Tứ Diệu Đế. Tứ Diệu Đế đưa ra những nguyên tắc hướng dẫn về sự phát triển của chính chúng ta và khuyến khích mọi người phấn đấu để đạt đến Giác Ngộ, một trạng thái mà Ngài tin rằng mọi người đều có thể đạt được.



Tứ Diệu Đế bao gồm:

1. Khổ Đế: Đau khổ là một phần của cuộc sống.
2. Tập Đế: Nguyên nhân của sự đau khổ là lòng tham, lúc nào cũng muốn nhiều hơn và tốt hơn.
3. Diệt Đế: Có thể chấm dứt đau khổ.
4. Đạo Đế: Chúng ta có thể chấm dứt đau khổ bằng cách thực hành Bát Chánh Đạo.



Bát Chánh Đạo bao gồm:

1. Chánh Kiến: Hiểu biết sâu sắc về Tứ Diệu Đế sẽ tạo sự phấn khởi để chúng ta nỗ lực với phần còn lại của con đường đạo hạnh.
2. Chánh Tinh Tấn: Kiên quyết tự cải thiện.
3. Chánh Ngữ: Nói năng hòa nhã và chân thật.
4. Chánh Nghiệp: Phát triển “hành động chân chánh” qua cách cư xử với mọi người bằng lòng từ bi.
5. Chánh Mạng: Kiếm sống bằng một nghề lương thiện, không làm tổn thương ai.
6. Chánh Tư Duy: Xóa bỏ những ý tưởng xấu để chinh phục sự u mê và lòng ham muốn.
7. Chánh Niệm: Phát triển những tư tưởng lành mạnh, bổ ích bởi vì tất cả những điều chúng ta nói và làm đều xuất phát từ suy nghĩ của chúng ta.
8. Chánh Định: Phát triển và tăng cường sự tập trung tư tưởng của chúng ta.

Một nhóm nguyên tắc tu học khác nữa được biết đến như Năm Quy Luật (Ngũ Giới). Những quy luật này khuyến khích chúng ta chịu trách nhiệm cho những hành động của chính mình.

Năm Quy Luật bao gồm:

1. Tôi kiên quyết không giết hại.
2. Tôi kiên quyết không trộm cắp.
3. Tôi kiên quyết không bực đãi người khác.
4. Tôi kiên quyết không dối trá.
5. Tôi kiên quyết không buông thả đến quá độ.



Bạn sẽ nhận thấy, qua những câu chuyện trong sách này, chủ đề cốt lõi của Phật giáo là mỗi việc chúng ta làm, mỗi lời chúng ta nói, thậm chí mỗi ý tưởng mà chúng ta có, đều dẫn đến một hậu quả. Những điều đó không chỉ ảnh hưởng đến người khác mà còn đến chính chúng ta. Đức Phật gọi khái niệm này là Nghiệp – chúng ta sẽ gặt hái những gì mà chúng ta đã gieo. Điều này có nghĩa là chúng ta cần phải suy nghĩ cẩn thận và quyết định sáng suốt về mọi lời nói và hành động của mình, bởi chính chúng ta sẽ nhận lấy hậu quả của những điều đó. Người Phật tử tin vào sự luân hồi – mỗi người trong chúng ta đều đã trải qua nhiều kiếp sống – những hành động trong đời sống này sẽ ảnh hưởng đến đời sống tương lai và ngay trong đời sống hiện tại. Người Phật tử biết rằng nếu họ luôn hành động tử tế và khôn ngoan, rốt cuộc họ cũng sẽ trở nên Giác Ngộ và đạt đến Niết Bàn – một trạng thái của sự thanh bình và hạnh phúc tuyệt đối.

Một lời dạy cốt lõi quan trọng khác trong đạo Phật là chúng ta sẽ đạt được hạnh phúc vĩ đại nhất của cuộc đời khi chúng ta hết lòng yêu thương và quan tâm đến chính bản thân cũng như đến mọi người. Đức Phật gọi tình yêu thương này là Tâm Từ Ái – tình yêu thương bao la.

Như vậy, làm thế nào người Phật tử có thể thực hành được tất cả những lời dạy này? Một cách tổng quát, việc tu học hàng ngày của một Phật tử cần bao gồm thực hành thiền với mục đích mang đến nhiều an bình và hòa thuận hơn, không chỉ cho riêng họ mà còn cho tất cả mọi người. Vì thế, cách sống mà lòng luôn cảm thấy bình an, ngập tràn yêu thương, từ bi, sáng suốt và vị tha đối với cuộc đời là điều mà cuốn sách này khuyến khích bạn phát triển cho con bạn.



SÁU SỰ HOÀN HẢO

Khi con tim và tâm trí của người Phật tử được tràn ngập cảm hứng bởi Tâm Từ Ái, họ được gọi là Bồ Tát – những vị đã trì hoãn sự Giác Ngộ của chính mình để giúp những người khác đạt đến trạng thái Giác Ngộ. Các Bồ Tát tu theo con đường Sáu Sự Hoàn Hảo (Lục Độ Ba La Mật) bao gồm sáu đức tính tích cực mà tất cả chúng ta đều được hưởng lợi ích khi chúng ta thực hành trong đời sống, đó là:

1. **Bố Thí:** Chia sẻ những gì mình có với tất cả mọi người mà không nghĩ đến sự đền đáp.
2. **Trì Giới:** Phát triển một nếp sống đạo đức.
3. **Nhẫn Nhục:** Đức tính kiên nhẫn và khả năng duy trì sự bình tĩnh, nhất là khi đối mặt với những tình trạng bất an.
4. **Tinh Tấn:** Nỗ lực nhiệt tình và chuyên cần, giúp phát triển sức mạnh tinh thần và sự siêng năng cần thiết để tiến bước trên con đường thực hành Bồ Tát đạo.
5. **Thiền Định:** Tập trung tinh thần hoặc thiền định, giúp phát triển khả năng duy trì sự tập trung tư tưởng một cách lâu dài để chúng ta làm việc có hiệu quả hơn.
6. **Trí Tuệ Bát Nhã:** Trí Tuệ Bát Nhã không chỉ là sự hiểu biết về kiến thức mà còn là sự hiểu biết sâu sắc và trực tiếp về bản chất thật sự của vạn vật.



NGÀY NAY, TẠI SAO CHÚNG TA CẦN ĐẠO PHẬT?

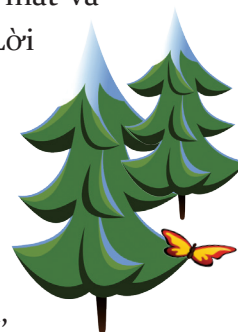
Cuộc sống hiện đại thường mang đến nhiều căng thẳng. May mắn thay, những lời dạy của Đức Phật có thể giúp chúng ta đương đầu với những căng thẳng này một cách hữu hiệu. Ngài khuyến khích chúng ta hòa hợp những cảm giác thanh bình, tình yêu thương và lòng từ bi vào đời sống tất bật và nhiều ước vọng của chúng ta.

Không chỉ có người lớn chịu đựng căng thẳng và lo âu. Trẻ em, dù ở lứa tuổi hồn nhiên, cũng phải đối mặt với nhiều lo toan và căng thẳng, như sức ép từ bạn bè, kỳ vọng của bố mẹ, bị bắt nạt ở trường, gia đình không hạnh phúc. Những lời dạy uyên bác của Đức Phật cũng có thể đem đến nhiều lợi ích cho các em. Chúng giúp các em phát triển một phương hướng tích cực để giải quyết những rắc rối trong cuộc sống và tìm được một góc yên tĩnh của tâm hồn bất cứ khi nào các em cần. Đó sẽ là nơi ẩn náu tinh thần an toàn cho các em.

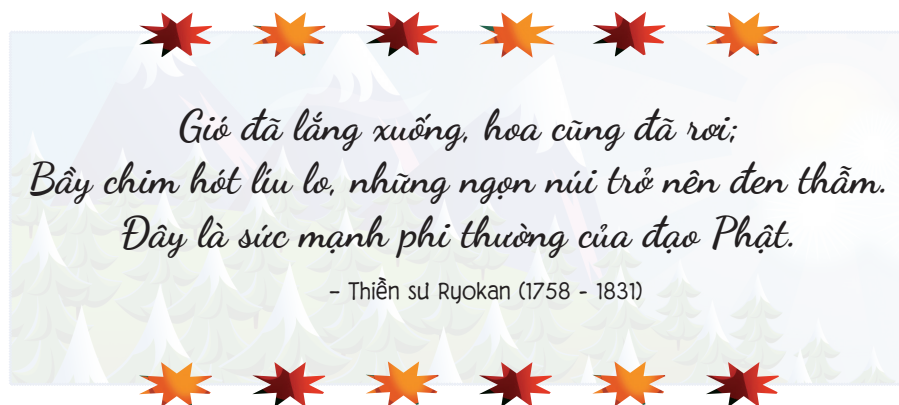


Những nguyên tắc của đạo Phật còn có thể giúp ngăn ngừa chúng ta và các con của mình khỏi sa ngã vào cái cạm bẫy hiện đại là luôn “muốn nhiều hơn” – như thể những “thứ bên ngoài” như đồ chơi, quần áo hoặc bất cứ những vật gì khác sẽ mang lại hạnh phúc. Trái ngược với lối sống chạy theo vật chất này, đạo Phật dạy rằng trẻ em, giống như người lớn, sẽ chỉ có thể hạnh phúc và phát triển toàn diện bằng cách nhìn vào nội tâm và nhận ra điều kỳ diệu về sự hiện hữu của chính mình.

Một nguyên lý nữa của đạo Phật hết sức thích hợp với cuộc sống hiện nay là chúng ta nên quan tâm và hiểu rõ giá trị quý báu của từng khoảnh khắc – bởi chúng trôi qua trong chớp mắt và không có hai khoảnh khắc nào hoàn toàn giống nhau. Lời dạy này không chỉ khuyến khích con em của chúng ta tập trung vào việc trải nghiệm đời sống một cách thật trọn vẹn mà còn giúp các em chấp nhận sự vô thường của vạn vật, giúp các em hiểu biết hơn về những thay đổi xảy ra trong đời sống hàng ngày như phải chuyển nhà đi nơi khác, bắt đầu học ở một ngôi trường mới, trở nên lớn hơn, già hơn và thậm chí mất đi người mình yêu thương.



Tất cả những câu chuyện trong sách này dạy chúng ta về những đức tính tốt đẹp của đạo Phật. Những đức tính này không chỉ có giá trị cho người Phật tử mà còn cho những ai muốn chính họ và con cái có một đời sống vui vẻ, hạnh phúc và phong phú hơn. Hầu hết những truyện ngắn đều hàm chứa một ý thức về sự tôn trọng thế giới thiên nhiên – không chỉ qua bối cảnh, từ những sa mạc khô cằn đến những khu rừng nhiệt đới tốt tươi, mà còn qua những nhân vật. Những điểm đặc trưng này khuyến khích con bạn nhận ra vẻ đẹp của thế giới thiên nhiên, và hy vọng rằng các em sẽ học được cách sống thanh bình, hài hòa với môi trường xung quanh.



DẠY BẰNG TRUYỆN NGỤ NGÔN

Truyện ngắn hoặc truyện ngụ ngôn đã được sử dụng qua nhiều thời đại, nhiều nền văn hóa để loan truyền những thông điệp quan trọng. Ví dụ, Đức Phật đã nhận ra rằng kể chuyện là phương tiện hoàn hảo để truyền đạt những lời dạy của Ngài. Như vậy, cái gì đã làm cho truyện ngắn trở thành một dụng cụ trợ giáo hữu hiệu? Thứ nhất, bố cục, nhân vật và tình tiết của các truyện luôn khác nhau làm cho người nghe cảm thấy thích thú và cuốn hút hơn là những lý thuyết suông hay khái niệm về tôn giáo. Thứ hai, những câu chuyện thường đưa ra những tình tiết mang tính cách cá nhân nên người nghe có thể liên tưởng được, và điều này làm cho thông tin được truyền tải trở nên dễ hòa nhập, dễ hiểu và dễ nhớ hơn. Thứ ba, những câu chuyện thường gợi ý cho người nghe tưởng tượng ra những hình ảnh sống động, vì thế họ sẽ quan tâm một cách tích cực hơn tới những thông điệp được truyền tải.



Đặc biệt, trẻ em có khuynh hướng hưởng ứng tích cực với những câu chuyện. Việc đọc những câu chuyện trong cuốn sách này cùng con sẽ đưa chúng đến những khung cảnh huyền ảo, gặp gỡ nhiều nhân vật sống động và ở những nơi này, các em sẽ học được nhiều bài học có giá trị về bản thân và thế giới xung quanh mà không có cảm giác bị áp lực hay bị xem thường.

Những người có hiểu biết tốt lúc nào cũng sẵn sàng để nhận ra ý nghĩa về những điều được giảng dạy dưới hình thức truyện ngụ ngôn.

– Kinh Pháp Hoa



ĐỌC SÁCH VÀ THƯ GIÃN

Thời gian lý tưởng để đọc những truyện trong sách này cho con bạn là lúc cuối ngày – việc nằm yên nghe đọc truyện giúp các bé ổn định tinh thần và chuẩn bị cho giấc ngủ sau sự náo động của những sinh hoạt hằng ngày. Tuy nhiên, bạn cũng có thể đọc cùng con những truyện này vào bất cứ thời gian nào bạn cảm thấy thích hợp. Ví dụ, thời điểm tốt có thể là sau khi con bạn đã làm xong những bài tập về nhà để đánh dấu sự chuyển tiếp từ học tập đến vui chơi. Các em phát triển mạnh mẽ hơn nếu chúng làm việc theo thói quen, vì vậy hãy thử bắt đầu đọc sách vào cùng thời điểm mỗi ngày. Bạn có thể giảm bớt ánh sáng đèn và hạ thấp giọng khi đọc để tạo nên một bầu không khí thư giãn. Đừng vội vã! Hãy đọc truyện một cách chậm rãi, nhiệt tình với giọng đọc biểu lộ cảm xúc.

Mặc dù những truyện ngắn này mang tính giáo dục, bạn phải đoan chắc rằng việc đọc chúng không bao giờ trở thành một bài tập để kiểm tra từ vựng hoặc kỹ năng nhận thức của con bạn. Chỉ tập trung vào việc thưởng thức câu chuyện và cởi mở trong việc thảo luận nội dung (có thể trong bối cảnh cùng chia sẻ trải nghiệm). Luôn luôn đảm bảo kết thúc câu chuyện trong một không khí yên bình và thanh thản để tâm lý của trẻ không bị kích thích quá độ tại một thời điểm không thích hợp như là ngay trước khi ngủ.



Hai mươi truyện ngắn sau đây được chọn lựa từ những truyện về tiền thân của Đức Phật. Người ta bảo rằng những câu chuyện này đầu tiên được chính Đức Phật kể lại nhằm truyền bá những bài học mà Ngài đã chiêm nghiệm trên hành trình hướng đến Giác Ngộ. Tuy nhiên, chúng đều được kể lại theo một cách đặc biệt, thích hợp với trẻ em thời hiện đại. Hy vọng rằng những câu chuyện này sẽ lôi cuốn tất cả các bậc cha mẹ – cho dù có niềm tin tôn giáo nào hay không – những người ước mong dạy con họ cách sống với lòng từ bi, có tinh thần trách nhiệm và biết hài lòng với hiện tại.

Những truyện ngắn bao gồm nhiều nhân vật sống động như một con vẹt có lòng từ bi, một con trâu tử tế, một hoàng tử can đảm, một con quái vật xấu xí v.v. Nhưng không giống như những truyện thần tiên truyền thống hoặc những truyện dành cho trẻ em khác, mục đích của những truyện ngắn này không chỉ đơn giản là để giúp vui, để giải trí hoặc gây chú ý mà chúng còn biểu lộ và chuyển tải những kiến thức căn bản của đạo Phật. Hơn nữa, nhiều truyện ngắn còn chứa đựng những ý tưởng dí dỏm trong sáng, những hành động nghịch ngợm để yêu; những yếu tố này hứa hẹn sẽ thu hút tâm hồn và trí tưởng tượng của con bạn nhiều hơn.



THẢO LUẬN TRUYỆN

Chia sẻ những câu chuyện trước giờ đi ngủ tạo ra sự gần gũi giữa bạn và con – dù bạn chỉ đọc cho vui hay đọc để học hỏi thêm. Để đạt được kết quả tốt đẹp nhất, bạn hãy giới hạn chỉ đọc mỗi lần một truyện để có thêm thời giờ tìm hiểu sự nhận thức của con bạn về truyện vừa đọc. Có một cách tuyệt vời để làm điều này là khuyến khích các bé chủ động trong việc làm sáng tỏ những ý nghĩa mà các bé đã nhận ra là đáng chú ý hoặc thích ứng nhất đối với cuộc sống riêng của mình. Bạn có thể giúp thêm vào quá trình này bằng cách đưa ra những câu hỏi gián dị để dẫn ý nhưng phải đảm bảo rằng bạn không lấn lướt các em.

Dành thời giờ để thảo luận những câu chuyện như thế này có thể là một trải nghiệm học hỏi và có lợi cho cả bạn và con vì những câu chuyện được trình bày ở đây có thể được hiểu trên nhiều trình độ. Bạn có thể đọc những truyện ngắn này với con nhiều lần, và mỗi lần đọc, con bạn có thể tìm ra được một cái nhìn khác.

Một lợi ích khác rất có thể đạt được từ việc thảo luận truyện là con bạn sẽ tin tưởng bạn hơn và tâm sự với bạn về những lo lắng, những khó khăn mà con đang phải đối phó. Điều này sẽ làm cho bạn hiểu rõ con hơn để có thể góp ý hoặc giúp đỡ con dễ dàng, đúng lúc.





PHÁT TRIỂN TRÍ TƯỞNG TƯỢNG

Tạo cơ hội cho con bạn sử dụng trí tưởng tượng sẽ khuyến khích trẻ trở nên linh động hơn trong suy nghĩ, điều này giúp trẻ có khả năng nghĩ ra những ý niệm mới và nhận ra rằng thường có nhiều cách để giải quyết một vấn đề. Khả năng nhận biết nhiều quan điểm khác nhau cùng một lúc này sẽ không chỉ giúp con bạn giải quyết vấn đề giỏi hơn mà còn nâng cao khả năng ứng phó của trẻ khi phải đối mặt với những khó khăn của cuộc sống hàng ngày.

Mỗi khi bạn đọc truyện cho con nghe hoặc đọc với con là bạn đang khuyến khích trẻ dùng trí tưởng tượng của mình xây dựng những hình ảnh độc đáo riêng của chúng theo diễn tiến của câu chuyện. Làm như vậy là bạn đang đưa trẻ vượt qua những lo lắng thường ngày để hoà mình vào những cuộc phiêu lưu kỳ thú mới. Sau khi thưởng thức những hành trình hấp dẫn này, con bạn có thể cũng sẽ muốn được trở lại những vùng đất thần tiên đó bằng cách tự phát triển thói quen đọc sách một mình. Các em có thể cảm thấy hào hứng để vẽ ra những cảnh tượng từ những truyện đã đọc (có lẽ bắt đầu từ những tranh minh họa đi cùng truyện). Trẻ có thể ao ước cho thêm chi tiết vào các câu chuyện – ví dụ như mô tả điều gì có thể xảy ra kế tiếp – hoặc thậm chí trẻ có thể sáng tạo ra những diễn tiến khác của những nhân vật trong sách đã đọc hoặc những nhân vật mới do trẻ tự tạo ra. Những hành động này mang đến cho trẻ những phương tiện để bày tỏ ý nghĩ của mình đồng thời cũng làm thỏa mãn nhu cầu sáng tạo bẩm sinh của trẻ.





SỨC MẠNH CỦA SỰ HÌNH DUNG

Hình dung (quán tưởng) là một phương pháp thực hành thiền đơn giản, có tính thư giãn và đặc biệt thích hợp với trẻ em. Trong thực tế, trẻ em (giống như tất cả chúng ta) đều dùng sức mạnh của sự hình dung một cách khá tự nhiên trong đời sống hàng ngày.

Những truyện ngắn trong sách này tích cực khuyến khích sự hình dung bằng cách dùng ngôn ngữ tượng hình. Ngôn ngữ này sẽ bắt đầu vẽ bức tranh tổng quát cho con bạn nhưng không đưa ra quá nhiều chi tiết đến nỗi không còn chỗ cho sự diễn giải cá nhân. Để kiểm tra xem con bạn có thể hình dung ra một khung cảnh hay không, hãy yêu cầu trẻ mô tả những hình ảnh trẻ hình dung được. Nếu các em có vẻ gặp khó khăn, hãy yêu cầu trẻ nhắm mắt lại, rồi gợi ý cho trẻ vài câu hỏi như “Bầu trời màu gì?”, “Trong khoảng cách xa xa con có thể thấy gì?” và “Những nhân vật khác nhau đang mặc áo màu gì?” Để giúp trẻ phát triển hơn về trí tưởng tượng và sự tập trung, hãy thử những bài tập về hình dung được viết một cách đặc biệt cho trẻ em. Càng thực tập những bài tập này, các em càng cảm thấy dễ dàng hơn khi chúng muốn hình dung những bức tranh tuyệt vời của bất cứ câu chuyện nào.

PHÉP LẠ CỦA THIỀN ĐỊNH

Thiền định, một công cụ có sẵn cho tất cả mọi người dù ở lứa tuổi hay trình độ nào, đã được thực hành trong nhiều nền văn hóa, qua nhiều ngàn năm như là một cách để nuôi dưỡng đời sống tâm linh cũng như để đạt đến một đời sống trầm tĩnh hơn, trong sáng hơn và trình độ nhận thức mạnh mẽ hơn. Thực hành thiền đã luôn là cốt lõi của đạo Phật – chính Đức Phật đã đạt được Giác Ngộ trong khi ngồi thiền định dưới gốc cây Bồ Đề.

Thiền định là phương pháp làm việc để chuyển hoá tâm trí một cách trực tiếp. Ngày nay ở phương Tây, thiền đã được nhìn nhận là một kỹ thuật có giá trị cao để đạt được trạng thái tĩnh lặng và giảm bớt căng thẳng. Tuy nhiên, người ta ngày càng khám phá ra là thực hành thiền có thể giúp chúng ta có được cái nhìn thấu đáo về con người thật của mình rồi từ đó chúng ta sẽ chấp nhận chính mình với sự tự tin vững chắc. Những đức tính này là nền tảng của sự hài lòng với hiện tại và do đó việc phát triển chúng càng sớm càng tốt trong cuộc đời là rất quan trọng.

Một trong những phương pháp tốt nhất để ngồi thiền là chỉ đơn giản ngồi im lặng và tập trung sự chú ý của bạn, trong một thời gian, vào hơi thở của mình hoặc vào một đối tượng như một bông hoa, một chiếc lá hoặc những hình ảnh hay ý tưởng gây cảm hứng khác. Ngồi thiền bắt đầu bằng việc ngồi yên, giữ cho thân thể bất động và thư giãn tâm trí. Trong đời sống hàng ngày, tâm trí của bạn giống như mặt biển động lao xao. Khi ngồi thiền, bạn đưa tâm trí mình xuống đến những chiều sâu im lặng hơn, yên tĩnh hơn của đại dương



(là bản chất của bạn) và sau đó, khi quay trở lại đời sống hằng ngày, bạn thấy rằng mặt nước (là tâm trí bạn) đã trở nên tĩnh lặng hơn. Dạy con bạn cách ngồi thiền có nghĩa là bạn đang giúp trẻ kết nối được với nội tâm tĩnh lặng, với tính sáng tạo bẩm sinh và bản chất của chính mình.



Thiền có thể rất giản dị và thích thú cho trẻ em, đồng thời giúp trẻ nâng cao sự hiểu biết bản thân và tự chấp nhận. Một khi con bạn đã biết thiền định, trẻ có thể tiếp cận một không gian im lặng và an toàn trong tâm hồn vào bất cứ lúc nào trẻ cảm thấy cần được yên tĩnh giữa những xô bồ hỗn loạn.

Một trong những phương pháp thực hành thiền cho trẻ học dễ nhất là sự hình dung. Qua việc tạo ra những hình ảnh sinh động trong trí tưởng tượng, trẻ có thể sử dụng tiềm năng của mình, cùng những đức tính tích cực như sự tử tế và rộng lượng. Sự hình dung có ích lợi đặc biệt đối với những trẻ kém tinh thần tự trọng, bởi nó có thể giúp trẻ tưởng tượng ra những thành quả tích cực, điều này cho các em sự tự tin để tương tác tốt hơn với người khác, kiếm bạn dễ dàng và thành công hơn.

Như cơn mưa nhẹ nhàng rơi xuống từ trời, làm đầy những dòng suối, những con sông và hòa nhập cùng nhau trong đại dương mệnh mông. Cũng như thế, cầu mong tất cả những thiện niệm của Ngài tuôn ra trong một dòng vĩ đại để thức tỉnh và chữa lành cho tất cả chúng con.

– Lời cầu nguyện truyền thống của đạo Phật

TRƯỚC KHI BẠN BẮT ĐẦU

Trước khi bạn bắt đầu đọc truyện cùng với con, nên để dành vài phút cho một bài tập co duỗi và thư giãn, nhằm đem đến cho bạn và con sự chú ý trọn vẹn vào giây phút hiện tại. Bài tập vừa giúp trấn tĩnh tâm hồn và thân thể đang bị kích động, vừa làm cho cả bạn và con cảm thấy dễ dàng hơn để tập trung tinh thần vào câu chuyện. Và dĩ nhiên, tự bản thân bài tập cũng rất thú vị.



Bài tập đơn giản này cũng giúp cho con bạn quen dần với những phương pháp làm nhẹ bớt căng thẳng của thân thể để có thể thả lỏng và thư giãn bất cứ khi nào cảm thấy căng thẳng và lo âu. Điều này có nghĩa là trẻ sẽ biết rằng sự bình an của tâm hồn luôn luôn chỉ cách mình một hơi thở.

Để bắt đầu, bảo con bạn nằm xuống giường hoặc trên sàn nhà với một cái gối dưới đầu. Bạn ngồi thoải mái bên trẻ và yêu cầu trẻ hướng sự nhận thức đến hơi thở một cách nhẹ nhàng. Cả hai cùng nhau hít thở sâu và chậm rãi một vài lần - thở vào và thở ra. Rồi khi cả hai đã sẵn sàng, bạn nói với con bằng một giọng điệu từ tốn và dịu dàng:

Nhắm mắt của con lại, nhúc nhích những ngón chân ... nhúc nhích ... nhúc nhích ... và thư giãn.

Bây giờ, duỗi những ngón chân ra xa rồi co những ngón chân trở lại phía mình ... duỗi ra, co vào ... rồi thư giãn.

Bây giờ, hít nhẹ vào một hơi thật dài và tưởng tượng không khí đang tràn đầy toàn bộ thân thể con, từ đầu cho đến những

ngón chân, như thể con là quả bóng đang được thổi phồng lên. Thở ra chậm chậm, từng chút một, và buông lỏng thân con trên chỗ nằm.

Bây giờ, nắm chặt hai bàn tay con lại thành hai quả bóng nhỏ ... rồi mở tay con ra, dang những ngón tay của con rộng ra. Nắm chặt hai bàn tay con lại rồi mở chúng ra, dang những ngón tay con ra càng rộng càng tốt ... rồi thư giãn.

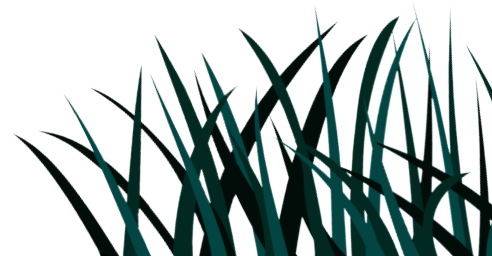
Hít vào một hơi thật dài nữa và tưởng tượng không khí đang tràn đầy toàn bộ thân thể con, từ đầu cho đến những ngón chân, như thể con là quả bóng đang được thổi phồng lên. Thở ra chậm chậm, từng chút một, và buông lỏng thân con một cách thoải mái trên chỗ nằm.

Bây giờ, vươn hai cánh tay của con lên trên đầu và duỗi hai chân của con để con cảm thấy cơ thể con dài đến mức tối đa ... rồi thư giãn càng nhiều càng tốt. Vươn tay và duỗi chân lần nữa ... rồi thư giãn. Vươn tay và duỗi chân lần nữa ... rồi thư giãn.

Bây giờ, đưa hai cánh tay con xuống xuôi hai bên thân mình và đặt hai bàn tay con trên bụng. Nhấn mặt của con lại cho tất cả bắp thịt của mặt co lại càng nhiều càng tốt ... rồi thư giãn. Bây giờ, nở một nụ cười lớn ... thư giãn các bắp thịt của mặt con. Cười thêm một lần nữa ... rồi thư giãn.

Hít vào chậm và sâu bằng mũi, cảm giác như bụng con trở nên căng phồng lên. Thở ra chậm bằng miệng, cảm giác như bụng con xẹp xuống. Thư giãn, thư giãn toàn thân con.

Tiếp tục thở sâu cho đến khi con cảm thấy được thư giãn thực sự, thư giãn đủ để lắng nghe và tiếp nhận câu chuyện thần thoại con sắp được nghe.







CHÚ VỆT NHỎ DỪNG CẢM



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một chú vẹt nhỏ màu xanh biếc, sống trên ngọn những cây cao của một cánh rừng nhiệt đới. Một ngày kia, chú vẹt đã làm cho mọi người vô cùng ngạc nhiên, bởi vì dù chỉ là một con chim nhỏ bé, chú đã làm một việc rất dũng cảm. Con thử đoán xem điều dũng cảm đó là gì nào? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Câu chuyện như thế này ... Một buổi sáng nọ, một đám mây bão lớn và đen nghịt đã leo đến tận bầu trời bên trên khu rừng nơi chú vẹt đang vui sống. Đám mây bão đang rất giận dữ, nó gầm thét và sấm chớp liên hồi tạo thành những tiếng ồn đinh tai nhức óc. Cơn bão đã ném ra nhiều tia sét màu bạc sáng chói xuống khu rừng, và một trong những tia sét đó đánh trúng



một cây cổ thụ chết khô làm cây này bùng cháy. Ngay sau đó, đám mây đen đã hít vào một hơi thật sâu rồi thổi bùng vào đám cháy làm cho những tia lửa nhảy tung tóe đến cây cối ở xung quanh khiến những cây này cũng cháy theo.

Khi những ngọn lửa vươn lên quá cao, cao đến độ chúng gần chạm vào đáy cái tổ của chú vẹt, nó không còn lựa chọn nào khác hơn là rời khỏi tổ và bay thật cao lên bầu trời.



Cơn bão tiếp tục gầm gừ và ngọn lửa cháy dữ dội hơn. Chú vẹt nhỏ màu xanh biếc từ trên cao nhìn xuống thấy nhiều bạn bè – những con vật khác cùng sống trong khu rừng – đang bỏ chạy tán loạn, bối rối và hoảng sợ bởi sức nóng của ngọn lửa. Chúng không biết chạy đi đâu để được an toàn.

Chú vẹt rất lo lắng cho bạn bè nhưng vẫn bình tĩnh và cố gắng suy nghĩ tìm cách giúp các bạn của mình. Rồi, may mắn thay, chú vẹt đã có được một sáng kiến. Nó vội vàng hét to lên: “Các bạn ơi, hãy chạy về phía con sông! Hãy theo tôi, tôi sẽ chỉ đường cho các bạn. Chạy về hướng này các bạn ơi!” Và nó đã bay về phía con sông để hướng dẫn các bạn. Nhưng không phải tất cả các con vật đáng thương đều có thể chạy theo – một số không thể nghe được tiếng nó kêu – một số khác đã mắc kẹt trong vòng lửa, đang khóc la cầu cứu.

Bất thành linh, chú vẹt nghĩ ra một ý tưởng khác. Nó bay tới dòng sông, lao đầu xuống nước, nhúng đôi cánh của mình vào nước sông, rồi bay trở lại khu rừng đang cháy ngùn ngụt. Khi chú vẹt đã ở cao trên đầu ngọn lửa, nó lắc lắc đôi cánh để tưới những giọt nước từ cánh nó xuống ngọn lửa gây nên những tiếng kêu xì xì nho nhỏ. Và cứ thế, chú vẹt đã bay từ đám cháy đến con sông rồi lại từ con sông đến đám cháy không biết bao nhiêu vòng. Cứ mỗi vòng như vậy, chú vẹt lại mang theo bộ cánh nhỏ nặng trĩu nước để tưới vào ngọn lửa đang cháy.

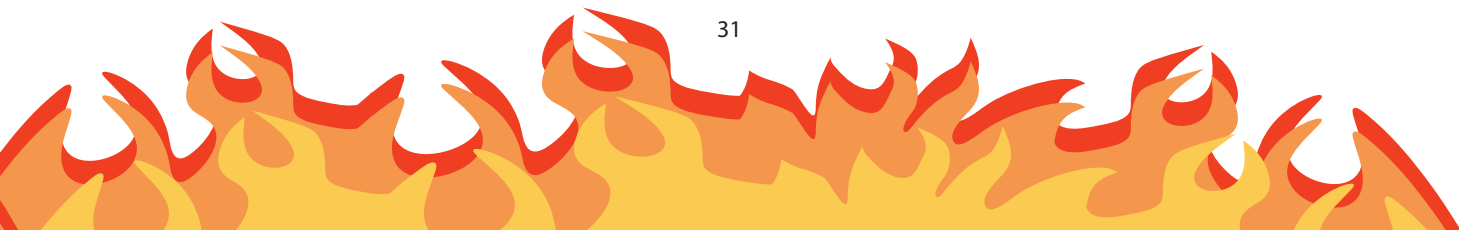


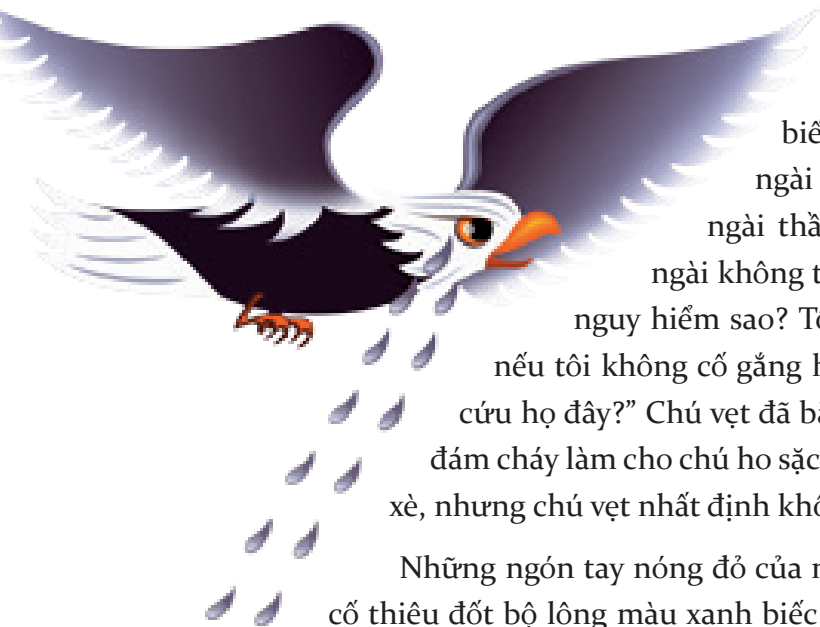
Chú vẹt hết sức tập trung tinh thần vào việc chữa cháy nên không nhận ra rằng chú đang được quan sát. Tọa lạc trên bầu trời cao, cao hơn cả những đám mây bão, là một toà lâu đài nguy nga, lộng lẫy với những mái nhà lấp lánh và những ngọn tháp sáng lóng lánh như những vì sao. Những vị trời của miền đất hạnh phúc, ngự trị trong tòa lâu đài, đang theo dõi những hành động của chú vẹt. Các ngài lắc đầu không tin nổi những hành động của chú vẹt. Các ngài hỏi lẫn nhau: “Con vẹt nhỏ màu xanh biếc kia đang cố gắng làm gì vậy nhỉ? Không lẽ nó nghĩ là nó có thể dập tắt được ngọn lửa khổng lồ này chỉ bằng những giọt nước nhỏ xíu như vậy hay sao?”

“Hãy bay đi để tự cứu lấy mình!” Các vị trời đã gào to lên với chú vẹt nhỏ màu xanh biếc.

Tuy nhiên, vì quá yêu thương và trung thành với bạn bè, chú vẹt đã lờ đi những lời khuyên của các vị trời và vẫn tiếp tục dùng hết sức mình nhanh nhẹn bay tới bay lui giữa đám cháy và con sông.

Một trong những vị trời không thể chịu đựng thêm nữa nên ngài quyết định giúp chú vẹt một tay. Trong chớp mắt, ngài biến thành một con chim ưng vĩ đại rồi bay thẳng đến khu rừng đang cháy, nơi chú vẹt đang bay lượn vòng vòng trên những ngọn lửa. Vị trời khuyên chú vẹt: “Người bạn nhỏ của tôi ơi, bạn không thể dập tắt đám cháy dữ dội này chỉ với vài giọt nước, đó là vô vọng. Làm ơn bay đến nơi an toàn đi bạn ơi!”





Chú vẹt nhỏ màu xanh biếc nói lớn: “Lòng tốt của ngài thật đáng kính nhưng ngài thần ưng vĩ đại ơi, chẳng lẽ ngài không thấy bạn bè của tôi đang bị nguy hiểm sao? Tôi yêu mến bạn bè của tôi, nếu tôi không cố gắng hết sức để cứu họ thì ai sẽ cứu họ đây?” Chú vẹt đã bắt đầu thấm mệt – khói từ đám cháy làm cho chú ho sặc sụa và đôi mắt của chú cay xè, nhưng chú vẹt nhất định không bỏ cuộc.

Những ngón tay nóng đỏ của ngọn lửa đã vươn cao như cố thiêu đốt bộ lông màu xanh biếc xinh đẹp của chú vẹt. Đôi chân bé tí xíu của chú vẹt cũng đang càng ngày càng bị nóng hơn. “Ái dà!” Chú vẹt xuýt xoa kêu đau rồi cố gắng bay cao hơn nữa mong thoát khỏi những ngọn lửa quái ác. Tuy thế, chú vẹt vẫn không từ bỏ ý định giúp đỡ các bạn của mình.

Chim thần ưng, quá xúc động trước đức tính dũng cảm, lòng cương quyết và tình yêu thương chú vẹt dành cho bạn bè, đã thành linh bật khóc. Những giọt nước mắt trắng như bạc của ngài trút xuống như mưa. Những giọt mưa màu bạc đổ ào ào xuống khu rừng đang cháy và những con vật đáng thương đang mắc kẹt trong lửa. Xììì, Xìì, Xìì, Xi... những giọt nước mắt thương cảm của chim thần ưng đã dần dần dập tắt từng đám lửa một... cho đến khi toàn bộ khu rừng đang cháy được dập tắt hoàn toàn.

Chú vẹt không thể tin được đó là sự thật – tất cả bạn bè của nó đều được an toàn. Chú vẹt reo hò hớn hở và sung sướng nhào lộn giữa bầu trời. Ông Mặt Trời cười hả hê khi thấy tất cả các con vật đều vui mừng: “Hoan hô! Hoan hô! Anh vẹt dũng cảm đã cứu



chúng tôi, cảm ơn anh, cảm ơn anh nhiều lắm!” Đám mây bão đen đã ngưng ngừng lẫn mặt bỏ đi, xa tận chân trời, để cho Ông Mặt Trời làm khô ráo khu rừng với nụ cười ấm áp và rực rỡ.

Chim thần ưng vĩ đại đã bay trở về lâu đài của mình trên bầu trời, tự biến mình thành một vị trời trở lại và âu yếm nhìn chú vẹt hạnh phúc đang ăn mừng cùng các bạn trong cánh rừng. “Ai có thể nghĩ một con chim nhỏ như vậy lại có thể dũng cảm, quyết tâm và trái tim nhỏ bé của nó lại chan hoà tình yêu thương vô bờ bến như thế?” Ngài tự nói với mình. “Nó xứng đáng được thưởng và ta biết phần thưởng đó.”



Vị trời giơ tay chỉ vào chú vẹt nhỏ màu xanh biếc. Trước sự ngạc nhiên của các bạn, một chùm sao lấp lánh nhiều màu sắc đã phóng bay tới chú vẹt và nhanh chóng bao trùm lấy nó trong một cụm khói lớn. Khi cụm khói tan đi, bộ lông của chú vẹt không còn toàn một màu xanh biếc nữa – lông đuôi của nó bây giờ sáng lung linh với những màu sắc cầu vồng. Chú vẹt nhỏ giờ đây thật lấp lánh và rực rỡ dưới ánh mắt thân thiện của Ông Mặt Trời.



Đôi khi chúng ta cảm thấy bất lực khi phải đương đầu với một thử thách lớn. Người khôn ngoan biết rằng tình yêu thương và lòng từ bi có thể giúp họ trở nên can đảm hơn để làm những điều mà họ đã nghĩ là không thể làm được.



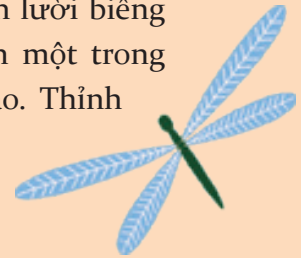


CON RÙA VÀ HAI CON VỊT



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một con rùa sống trong một cái ao rất lớn, đầy nước mát trong xanh. Mọi sinh hoạt đều bình thường cho đến khi xảy ra một chuyện rất lạ lùng! Con thử đoán xem đó là chuyện lạ lùng gì nào? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Câu chuyện như thế này ... Ngày xưa, lâu lắm rồi, con rùa này sống ở một miền đất xa xôi, nóng nực. Đã nhiều năm qua, rùa sống rất toại nguyện. Nó thường bơi chầm chậm một cách lười biếng quanh ao nước lớn hoặc phơi mình tắm nắng trên một trong những lá bông súng lớn màu xanh biếc trên mặt ao. Thỉnh thoảng, rùa đón một con chuồn chuồn đang bay qua trước mặt, hoặc cố bắt một con bọ cánh cứng mập mạp, ngon ngọt để ăn.



Nói chung, rùa đã có một đời sống khá đầy đủ và thoải mái. Cho đến một mùa hè nọ, một mùa hè khô và nóng như thiêu đốt, trời không mưa và nắng dữ dội làm cho ao nước mát, trong trẻo bắt đầu cạn đi. Ao nước rút nhỏ lại từng chút, từng chút một, và ngày càng trở nên khô hơn, nhỏ hơn. Đến lúc trong ao chỉ còn lại chút xíu nước, rùa quyết định đi tìm một nơi chốn mới để sinh sống trước khi cái ao nó đang ở biến mất hoàn toàn. Nhưng rùa không biết phải làm chuyện này bằng cách nào?





Một buổi sáng sớm, khi mặt trời đã mọc trên bầu trời trong xanh, sáng sủa, rùa ra đi tìm kiếm sự giúp đỡ. Chẳng bao lâu, rùa nghe thấy hai con vịt lớn tiếng gọi nhau “quạc quạc” khi chúng bay ngang trên đầu.

Một cách nhanh chóng, rùa gọi chúng: “Các anh vịt ơi, các anh vịt trên kia ơi, làm ơn giúp tôi với! Ao nhà tôi ở đang dần dần khô cạn, các anh có vui lòng dẫn tôi đến một cái ao mới có đầy nước không?”



Hai con vịt trả lời: “Nhưng chúng tôi có thể giúp bạn bằng cách nào đây? Chúng tôi bay trên trời còn bạn bò trên mặt đất.”

Ngay lúc đó, rùa tình cờ vấp phải một nhánh cây dài và thẳng nằm ngang trên đường đi của nó.

“Các bạn có thể khiêng nhánh cây này bằng hai cái mỏ của các bạn được không?” Rùa gọi to lên. “Tôi có thể dùng miệng ngậm giữa nhánh cây rồi các bạn giúp khiêng tôi đến một cái ao mới.”

“Đó là một ý kiến hay.” Hai con vịt đồng ý và đáp xuống cạnh rùa. “Nhưng, nếu chúng tôi khiêng, bạn phải hứa với chúng tôi rằng bạn sẽ không mở miệng ra.”

Rùa gật đầu đồng ý. Thế là, hai con vịt ngậm ngang nhánh cây mà con rùa đang cắn chặt vào đó, rồi bắt đầu bay lên. Chúng đã khiêng rùa băng ngang bầu trời hướng đến một cái ao mới đầy nước mát trong xanh đang lấp lánh ở xa xa.

Trên đường đi, chúng bay qua một khoảng đất có một nhóm trẻ đang chơi đùa ồn ào, náo nhiệt. Nghe tiếng vỗ cánh của hai





con vịt trên bầu trời, chúng ngược mắt lên rồi cùng nhau cười ầm ĩ khi nhìn thấy cảnh tượng lạ.

“Thật là nực cười!” Một đứa trẻ la lên. “Hai con vịt khiêng một con rùa trên nhánh cây! Con rùa trông ngờ nghệch quá phải không các bạn?”



Ôi ... chuyện này làm cho rùa rất tức giận. Mặc dù trong tình cảnh này, rùa nhìn có vẻ khác thường thật đấy, nhưng việc này cũng có lý do chính đáng cơ mà. Trong cơn thịnh nộ, rùa đã hét to lên: “Các người mới ngờ nghệch, các người không h...i...ế...u!”

Nhưng khi vừa há miệng, chú rùa đáng thương đã không giữ được nhánh cây và rơi lộn cổ từ bầu trời nắng đẹp xuống cánh đồng nghe cái bịch.

“Ui da! Đau quá!” Rùa hét lên rồi xoa xoa cái đầu sưng u một cục của mình. “Phải chi mình đừng để ý đến tiếng cười chế giễu của những đứa trẻ đó. Từ nay, mình sẽ suy nghĩ kỹ lưỡng trước khi mở miệng đối đáp với người khác khi đang giận dữ.”




Khi giận dữ, chúng ta thường hay nói mà không suy nghĩ đến hậu quả. Người khôn ngoan suy nghĩ kỹ trước khi nói, và nếu không thể nói những lời tử tế, họ sẽ im lặng.







HOÀNG TỬ VÀ QUÁI VẬT LÔNG DÍNH




Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một hoàng tử trẻ tên Hùng Dũng, người đã khám phá ra một vài điều quan trọng về sức mạnh của mình. Con có muốn biết hoàng tử đã khám phá ra chuyện gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Câu chuyện như thế này ... Vào một buổi chiều trời nắng đẹp, con thuyền chở hoàng tử Hùng Dũng từ nước ngoài về xứ đã vào đến hải cảng. Trước khi chàng hoàng tử trẻ rời thuyền, vị thuyền trưởng đã cảnh báo: “Thưa ngài, trong thời gian ngài đi huấn luyện xa nhà để trở thành một dũng sĩ tài ba, một con quái vật độc ác, tên là Long Dính, đã đến làm chúa tể cả khu rừng, vì vậy tôi khuyên ngài không nên đi về cung điện theo con đường băng ngang khu rừng mà hãy đi theo con đường vòng quanh những ngọn núi.”

Hoàng tử Hùng Dũng trả lời: “Cám ơn lời khuyên của ông, mọi chuyện sẽ ổn thôi! Tôi muốn về đến cung điện trước khi mặt trời lặn. Tôi là một dũng sĩ và sẵn có vũ khí, nếu cần tôi sẽ sử dụng chúng.”

Hoàng tử Hùng Dũng nhủ thầm: “Dù sao đi nữa, ta cũng là một dũng sĩ đã được huấn luyện thuần thục. Ta quyết không sợ con quái vật già nua, ngớ ngẩn này.” Rồi chàng hoàng tử trẻ hiên ngang tiến bước vào rừng.

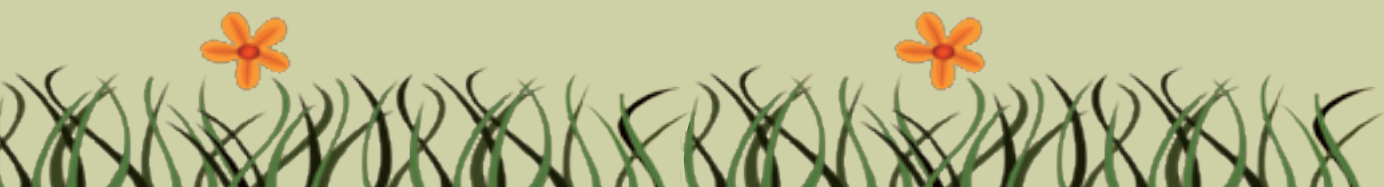


Đúng ngay lúc hoàng tử nghĩ rằng con quái vật không có thật, chàng đã đi đến một khoảng trống giữa khu rừng rậm và bất ngờ nhìn thấy một con quái vật xấu xí, khổng lồ đang đứng trước mặt. Quái vật Lông Dính to như một cái nhà và toàn thân nó được phủ kín bằng một bộ lông rối nùi dơ dáy. Trông nó có vẻ như một đồng rơm rất kinh khủng đang sống, đang thở. Lông Dính có một cái đầu thật to và đang nhìn hoàng tử chòng chọc với đôi mắt to như hai cái đĩa lớn. Hai răng nanh dài màu cam của nó nhe ra khỏi cái miệng khổng lồ và hàm răng lỏm chỏm màu xanh lá cây trông rất ghê tởm. Bụng của nó to và tròn như một quả bóng để chơi ở bãi biển và đầy những đốm lớn màu cam nhợt nhạt.

Lông Dính gầm lên: “Grrrrrrrr! Nhà ngươi nghĩ nhà ngươi đang làm gì trong khu rừng của ta, hỡi con người nhỏ bé kia? Ta thấy nhà ngươi giống như miếng mồi ngon, ta sẽ nhai ngấu nghiến nhà ngươi cho bữa ăn tối nay!”

Hoàng tử Hùng Dũng trả lời: “Ta không sợ ngươi đâu con quái vật già nua, đáng ghét kia! Ta là một dũng sĩ thiện chiến và can đảm, ta có thể đánh bại ngươi một cách dễ dàng với thanh gươm của ta. Ta thách ngươi đấu với ta đó.”

Nhanh như gió, hoàng tử nhảy đến phía trước và đâm mạnh lưỡi gươm vào Lông Dính. Nhưng hoàng tử hết sức ngạc nhiên, thanh gươm bị dính chặt vào bộ lông của con quái vật. Chàng vội bỏ thanh kiếm ở đó, nhanh chóng lăn mình ra ngoài vòng chiến, rồi đứng dậy chụp lấy cây cung. Chiu! Chiu! Chiu! Chiu! Chàng giương cung bắn tên tới tấp vào con quái vật, nhưng rồi cũng như thanh gươm, các mũi tên cũng chỉ quấn vào bộ lông của nó mà thôi. Hoàng tử Hùng Dũng vô cùng kinh ngạc.





Lông Dính cười âm lên: “Ha, ha, ha... nhà ngươi thật là tức cười, con người nhỏ bé kia ời! Nhà ngươi sẽ không bao giờ đánh bại được ta

đâu!” Nói xong, nó lắc mạnh thân mình, từ cái đầu xấu xí đến những ngón chân hôi thối, và tất cả những mũi tên đang dính trên bộ lông của nó đều rơi xuống đất.

Bây giờ, hoàng tử Hùng Dũng chỉ còn lại cái chùy để tự vệ. Hoàng tử đập Lông Dính một chùy bằng tất cả sức mạnh của mình, nhưng cái chùy cũng bị dính chặt vào bộ lông của con quái vật và tuột khỏi tay chàng. “Ta chưa thua ngươi đâu!” Hoàng tử gào to. “Vũ khí của ta có thể vô dụng, nhưng ta còn trẻ và có sức mạnh, ta sẽ chiến đấu với ngươi bằng tay không,” hoàng tử hét lên và nhảy vào tấn công con quái vật nhưng cuối cùng hoàng tử cũng bị dính chặt vào bộ lông của nó.

Mặc dù bị dính lủng lẳng trên lông của con quái vật, hoàng tử vẫn tiếp tục tấn công nó một cách không sợ hãi. Hoàng tử chiến đấu dũng cảm đến nỗi con quái vật ngạc nhiên, không hiểu điều gì đã làm cho con người bé nhỏ này can đảm đến như vậy.

“Tại sao ngươi không sợ ta, hỡi con người nhỏ bé kia? Ta có thể nuốt chửng ngươi trong chớp mắt!”, Lông Dính đe dọa hoàng tử một cách hậm hực.

Trong khi bị dính lủng lẳng vào bộ lông bù xù của con quái vật, hoàng tử Hùng Dũng đã suy nghĩ xem mình sẽ phải làm gì kế tiếp. Bất thành linh, hoàng tử nghĩ ra một giải pháp. Hoàng tử nhận ra rằng mình sẽ phải dùng trí thông minh để đánh lừa con quái vật thay vì dùng vũ khí. Vì vậy, chàng đã ngược lên nói to với





Lông Dính: “Ta sẽ nói cho ngươi nghe tại sao ta không sợ ngươi! Da của ta đã được thoa một chất cực độc, vì thế, nếu ngươi ăn ta ngươi sẽ chết. Ta thách ngươi dám ăn ta đó!”

Mới đầu, Lông Dính đã không tin nhưng hoàng tử cứ khẳng khẳng lời nói của mình là sự thật làm cho con quái vật trở nên lo lắng. “Hừm, hừm ... mình muốn ăn nó lắm nhưng mình không thể liều lĩnh để bị nhiễm độc được,” Lông Dính làm bầm nhỏ. Một cách miễn cưỡng, nó kéo hoàng tử ra khỏi bộ lông bạc màu của nó và đặt chàng xuống đất an toàn.

Lông Dính nói một cách miễn cưỡng: “Này con người nhỏ bé can đảm kia, ngươi đã làm cho ta tin là ngươi nói thật mà ta thì không muốn chết, vì vậy ta sẽ để ngươi đi.”

Hoàng tử Hùng Dũng rất hân hoan. Chàng không chỉ đã đánh lừa được con quái vật và tự cứu bản thân mà còn học được một bài học quan trọng: cách tự vệ hiệu quả nhất là dùng cái mình luôn luôn có sẵn. Đó chính là trí thông minh của mình chứ không phải là sức mạnh của cơ bắp hay vũ khí.

Nhìn vào đôi mắt to của con quái vật, hoàng tử nói: “Ta rất biết ơn ngươi, Lông Dính à! Không phải chỉ vì ngươi đã thả ta mà ngươi còn cho ta một bài học rằng ta không cần phải chiến đấu để trở nên can đảm, mạnh mẽ và lanh lợi. Vậy ngươi có muốn biết bí mật của ta không? Nếu ngươi hứa không ăn thịt ta, ta sẽ nói cho

ngươi biết bí mật này như là phần thưởng cho việc ngươi đã tha mạng sống cho ta.”

Ngạc nhiên thay, Lông Dính đồng ý. Mặc dù con quái vật chưa từng bị đánh bại bao giờ nhưng nó đã luôn luôn sợ hãi con người. Thật vậy, nó chỉ tấn công người ta để khỏi bị người ta tấn công. Nhưng bây giờ, Lông Dính lại háo hức muốn học hỏi để trở nên không còn sợ hãi giống như hoàng tử Hùng Dũng, và nó đã coi hoàng tử Hùng Dũng như người thầy, người bạn.

Thế là, điều lạ lùng nhất đã xảy ra: Lông Dính càng biết cách sử dụng đầu óc của mình, nó càng cảm thấy ít muốn hại kẻ khác. Việc sử dụng trí thông minh làm cho Lông Dính rất hạnh phúc và dần dần nó đã biến mình từ một con quái vật cô đơn, kinh tởm, thành một chúa tể rừng xanh thân thiện.

Hoàng tử Hùng Dũng báo cho dân chúng biết rằng “con quái vật” đã hoàn toàn thay đổi. Dân chúng dần dần trở thành những người bạn đáng tin cậy của nó. Họ cho nó ăn, và cùng sống chung với nó trong thanh bình, và hòa thuận. Lông Dính, với trí tuệ mới, muốn làm mọi người hài lòng, đã đền đáp sự tử tế của dân chúng bằng việc bảo vệ họ và hướng dẫn du khách đi qua khu rừng một cách an toàn.



Đôi khi người ta cảm thấy như không có cách nào khác ngoài chiến đấu để giải quyết một tình huống khó xử. Người khôn ngoan biết rằng chính trí thông minh chứ không phải sức mạnh sẽ giúp họ chiến thắng.



CON BÒ ĐƯỢC BIẾT ƠN

Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một con bò đực to lớn màu đen tên là Vui đang được nuôi ở nông trại của bác Ba. Con Vui rất biết ơn bác Ba, bởi tuy bác không giàu có gì nhưng đã chăm sóc nó và những con vật khác rất đầy đủ, đặc biệt là bác đã hết lòng yêu thương và tử tế với chúng. Con Vui rất cảm kích và nó đã quyết định làm một việc gì đó để cảm ơn bác Ba. Con có muốn biết con bò Vui đã làm chuyện gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Câu chuyện như thế này Một buổi chiều kia, khi đang đứng trệu trạo nhai cỏ trong chuồng sau một ngày làm việc vất vả trên những cánh đồng lúa, con Vui bỗng nghĩ ra được việc nó có thể làm để đền đáp công ơn của bác nông dân. Nó thường có những ý kiến hay trong khi đang ăn cỏ vào cuối ngày.

“Ta là con bò khỏe mạnh nhất trong nông trại này, vì thế có lẽ ta sẽ dùng sức mạnh của mình để giúp đỡ bác Ba. Ta có thể thi đấu với con bò Cồ của bác Chín.”



Vì vậy, sáng hôm sau trên đường đi ra đồng làm việc, con Vui đã nói với bác nông dân: “Bác Ba à, bác luôn luôn đối xử tốt với chúng tôi, tôi cứ suy nghĩ mãi tìm cách để đền ơn bác. Tôi muốn thách đấu với con bò khỏe nhất của bác Chín, ông hàng xóm nhà giàu, bằng một cuộc thi kéo co và dĩ nhiên sẽ có một phần





thường xứng đáng cho người chiến thắng. Tôi chắc chắn sẽ đem phần thưởng về cho bác.”

Bác Ba nghĩ rằng đây là một ý kiến hay, nhất là ông ta có thể kiếm được một số tiền từ người hàng xóm giàu có. Chiều hôm ấy, bác Ba đã đến nông trại gần đó thăm bác Chín.

“Chào bác Chín!” Bác Ba chào người nông dân láng giềng. Bác Ba nói tiếp: “Bởi không còn bao nhiêu việc để làm trên những cánh đồng lúc này, tôi có một ý kiến để mọi người giải trí đây!”

và ông đã đề nghị một cuộc thi.

“Một ý kiến tuyệt vời!” Người hàng xóm thốt lên. “Một cuộc thi kéo co giữa hai con bò đực mạnh nhất của chúng ta sẽ là một trò chơi rất hấp dẫn, nhưng chúng ta cũng cần một giải thưởng có giá trị để làm cho cuộc thi hào hứng hơn”, bác Chín tham lam nói khi tưởng tượng ra con bò Cồ của mình sẽ dễ dàng chiến thắng con Vui của bác Ba. “Tôi biết rồi, ai thua phải giao một trăm đồng tiền vàng cho người thắng cuộc.” Mặc dù một trăm đồng tiền vàng là một số tiền lớn đối với bác Ba nhưng bác tin tưởng chắc chắn rằng con Vui của mình sẽ chiến thắng nên đã đồng ý với giải thưởng đó.

Tin tức về cuộc thi đã lan truyền khắp nơi, các bác nông dân ở địa phương đã tụ lại để xem cuộc thi đấu. Hai con bò đực to lớn, Vui và Cồ đã đứng ở giữa cánh đồng với một sợi dây thừng to căng ra giữa chúng, hai đầu sợi dây này được cột vào vòng đai quanh cổ chúng. Bác Ba giơ cánh tay lên cao và nói với hai con bò: “Khi ta

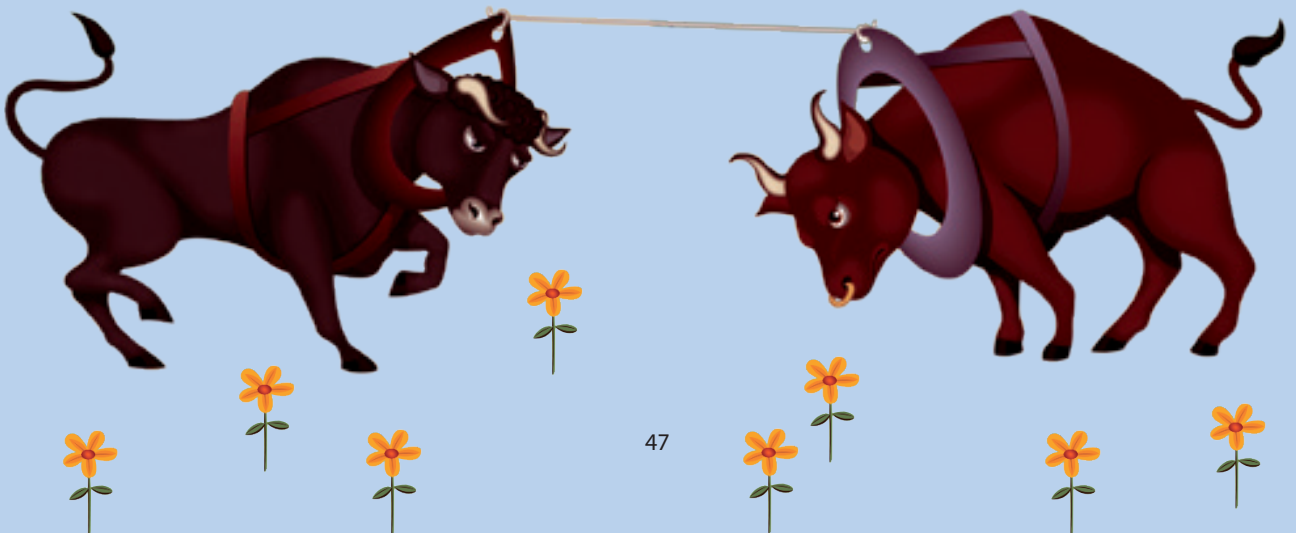
hạ cánh tay và đếm tới ba, ta muốn cả hai phải kéo lùi lại bằng hết sức mình.”

“Một, hai, ba, bắt đầu!” Bác Ba la lớn và hai con bò bắt đầu kéo ngay lập tức. Chúng kéo căng sợi dây, cố hết sức, giằng qua, giằng lại và bắt đầu thở hổn hển vì mệt. Nhưng có vẻ không con bò nào có thể kéo mạnh hơn đối phương dù chỉ một chút thôi.

Vài phút trôi qua, bác Ba nghĩ: “Con Vui đáng lẽ phải thắng rồi”, và ông bắt đầu lo lắng, sợ rằng con bò của mình sẽ thua. Trong lúc hoảng hốt, bác đã nhặt một nhánh cây trên mặt đất đánh lên lưng con Vui. “Kéo mạnh hơn nữa, con bò lười!”, bác hét lớn, “dùng hết sức của người đi nếu không người sẽ thua!”

Con Vui sững sốt và bực mình bởi những lời lẽ và hành động của bác Ba đến nỗi nó đã ngưng kéo và thôi không cố gắng nữa. “Đây là lòng tốt của mình để giúp bác mà”, con Vui nghĩ, “mình chưa bao giờ làm bất cứ điều gì xấu với bác, vậy tại sao bác lại đánh và nhục mạ mình?”

Nhìn thấy cơ hội tốt, con Cồ đã cố gắng kéo mạnh hơn và kết quả là con Vui bị kéo lê về phía trước cho đến khi con Cồ giành





được chiến thắng. Bác Chín reo hò và vỗ về con bò cưng của mình, trong khi đó, bác Ba thất vọng móc ra một trăm đồng tiền vàng đưa cho người thắng cuộc. Rồi bác đi đến bên con Vui hét to lên: “Người đã bỏ cuộc! Thậm chí, người đã không thềm cố gắng! Bây giờ ta đã mất một trăm đồng tiền vàng! Người đang cố gắng phá hại ta phải không?”

Con Vui lắc đầu và buồn bã nói: “Tại sao ông lại gọi tôi là đồ lừa dối, và còn đập nhánh cây vào lưng tôi nữa? Tôi đã làm gì nên tội mà phải bị đối xử tệ bạc như vậy?”

Câu hỏi này đã khiến bác Ba bị kích động, bác nghĩ lại những lời nói và hành động đã làm, bác nhận ra rằng mình thật có lỗi với nó. Bác Ba đã cúi đầu hổ thẹn và nói: “Ta xin lỗi! Ta đã cư xử không đúng trong lúc hốt hoảng bởi vì ta sợ người sẽ thua”.

Im lặng và suy nghĩ một lát, con Vui cảm thấy tội nghiệp bác Ba. Nó nói: “Tôi hiểu, tôi thông cảm cho bác! Chúng ta vẫn có thể chiến thắng mà. Bác hãy đến nhà bác Chín và đề nghị một cuộc thi nữa với giải thưởng lớn hơn – hai trăm đồng tiền vàng. Nhưng bác phải hứa là đối xử tử tế với tôi!”



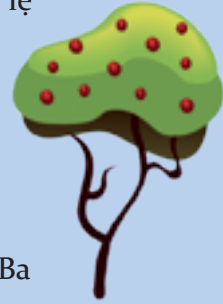
Khâm phục lòng bi mẫn của con Vui, bác Ba đã sắp xếp với bác Chín tham lam để tổ chức một cuộc thi kéo co khác.

Trong cuộc tranh tài này, bác Ba đã hết sức khuyến khích con Vui. Bác động viên nó: “Cố gắng lên Vui, người có thể thắng cuộc mà, con bò khỏe mạnh và khôn ngoan của ta ơi!” Rồi bác



vỗ vỗ lên lưng nó để tỏ lòng yêu thương và sự khích lệ của mình.

Con Vui đã kéo bằng tất cả sức mạnh. Nó từ từ kéo lui về phía sau, và thở phì phò vì cố gắng quá sức. Chầm chậm, từng chút, từng chút một, nó đã kéo con Cồ qua khỏi vạch ngang để giành chiến thắng. Bác Ba nhảy cao và hét to lên với niềm vui của người thắng cuộc, bác ôm con Vui tốt bụng và nói: “Cám ơn người đã làm việc này cho ta! Ta rất tự hào về người!” Trong khi đó, bác Chín đứng cau mày và có vẻ bị sốc với việc thua bất ngờ.




Sau khi nhận tiền thắng cược, việc đầu tiên bác Ba làm là đi mua ngay cho con Vui một cái mền để nó sưởi ấm những đêm giá lạnh. Tối hôm đó, bác Ba tổ chức một bữa tiệc ăn mừng chiến thắng và bác hứa không bao giờ ngược đãi con Vui nữa.



Người ta dễ mất kiên nhẫn với người khác và đưa đến những hành động xấu. Người khôn ngoan biết rằng việc biểu lộ lòng tốt và bi mẫn là cách tốt nhất để khuyến khích những người khác làm việc hết sức của họ.





CON VOI VÀ CON CHÓ



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một con voi được đặc ân cho đi dẫn đầu tất cả những đám rước của hoàng gia. Con voi tên là Vương Tôn, được hưởng một cuộc sống hết sức xa hoa, nhưng điều này đã không làm cho nó cảm thấy hạnh phúc vì nó là con voi duy nhất trong cung điện. Đôi khi nó cảm thấy rất cô đơn vì không có một người bạn nào. Cuộc sống của con Vương Tôn trôi đi bình thường như thế cho đến một hôm nó kết bạn được với một nhân vật mà nó không bao giờ nghĩ tới. Con có muốn biết nhân vật đó là ai không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Nào, bây giờ chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Chú voi Vương Tôn có thói quen tắm mát thật lâu trước khi ăn tối. Sau bữa ăn, nó sẽ đi dạo loanh quanh trong khoảng đất trống dành riêng cho nó và ngắm mặt trời lặn. Rồi nó sẽ đi ngủ khi những ngôi sao bắt đầu lấp lánh trên bầu trời cao đen và mượt như nhung.

Tuy nhiên, một buổi tối nọ, sau khi vừa kết thúc bữa ăn, con Vương Tôn thấy có một con chó nhỏ màu trắng đang nhìn nó qua cánh cổng của khu đất. Con chó gầy gò và trông có vẻ như đang đói lắm. Con chó nhỏ nói với nó bằng một giọng yếu ớt: “Thưa ngài voi, tôi xin lỗi đã làm phiền, xin hỏi ngài có thể





cho tôi một ít thức ăn thừa của ngài được không? Tôi đang đói lắm!”

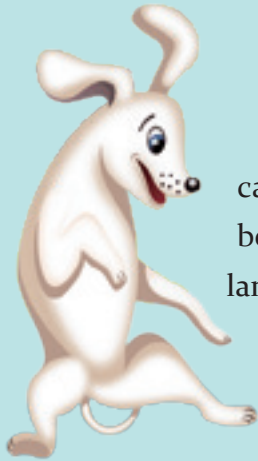
Con Vương Tôn tử tế đáp lại: “Không sao, cứ tự nhiên.” Nghe vậy,



con chó nhỏ chui luồn dưới cổng, chạy đến tô thức ăn để ăn những thức ăn còn lại trong đó. Con chó nhỏ hối hả ăn hết thức ăn trong tô thật nhanh, cảm ơn con voi, rồi chạy nhanh biến vào bóng đêm.

Tối hôm sau, điều tương tự lại xảy ra, rồi những tối sau nữa, cho đến một tối nọ, khi con chó nhỏ đến, con Vương Tôn hỏi: “Bạn ơi, bạn có muốn đến và chia sẻ bữa ăn với tớ mỗi tối không? Tớ sống một mình và rất muốn có một người bạn.” Con chó nhỏ vui mừng khôn xiết và vui vẻ chấp nhận lời đề nghị tử tế này. Từ đó, chúng tạo nên một cảnh tượng lạ lùng: một con voi khổng lồ ngồi ăn bữa tối với một con chó trắng nhỏ!

Người quản tượng nghĩ rằng con chó nhỏ kia không thể làm bạn với con voi hoàng gia được, vì thế ông đã hết sức nạt nộ để xua đuổi con chó nhỏ mỗi đêm. Nhưng con Vương Tôn rất vui mừng khi thấy người bạn nhỏ vẫn tiếp tục đến với nó. Người quản tượng, vốn lười biếng, đã ngưng không xua đuổi con chó nhỏ nữa mà để cho nó được ở lại với con Vương Tôn. Lúc này, con Vương Tôn và con Bông, tên mà con voi đã đặt cho người bạn nhỏ, lúc nào cũng ở bên nhau. Mỗi buổi tối, khi voi đi tắm, chó sẽ đi theo và cả hai cùng nhau chơi đùa thỏa thích trong nước mát. Sau khi tắm, chúng sẽ cùng nhau ăn tối, rồi cười nói với nhau luyện thuyên hết chuyện này đến chuyện nọ giống như những đôi bạn thân thiết khác. Lúc đi ngủ, con chó nhỏ bé nằm cuộn lại bên cạnh chú voi khổng lồ. Thật là một tình bạn tuyệt vời!



Nhưng rồi một hôm, một bác nông dân, trên đường từ cánh đồng về nhà thấy hai con vật đang nô đùa bên nhau, bèn đi đến người quản tượng và hỏi: “Con chó nhỏ có vẻ lanh lợi, tôi muốn mua nó. Ông bán giá bao nhiêu?”

Người quản tượng thấy đây là cơ hội lý tưởng không chỉ để loại bỏ con chó nhỏ mà còn giúp ông ta kiếm thêm một số tiền. Vì vậy, sau khi hai người thỏa thuận về giá cả, bác nông dân trả tiền cho người quản tượng và dắt con Bông đi thẳng.

Mất người bạn nhỏ, con Vương Tôn cảm thấy rất cô đơn và buồn bã. Dần dần, nó mất đi cảm giác ngon miệng, cảm thấy không muốn ăn một mình. Thật vậy, con Vương Tôn đã không còn muốn làm gì nữa. Suốt ngày nó chỉ đứng nhìn qua hàng rào ngóng về hướng mà con Bông đã bị dắt đi. Mỗi buổi chiều nó không chịu đi tắm, cũng không chú ý đến cảnh mặt trời lặn hoặc những ngôi sao lấp lánh trên bầu trời đêm.

Những hành vi lạ lùng này đã kéo dài suốt tuần, người quản tượng bắt đầu rất lo lắng cho sức khỏe của con voi. Ông đã trình báo với nhà vua về sự việc lạ lùng này và ngài ra lệnh cho bác sỹ riêng của ngài khám bệnh cho con Vương Tôn.

Bác sỹ khám bệnh con Vương Tôn một cách rất cẩn thận. “Ồ, tôi thấy nó không có vấn đề gì cả. Nó chẳng có vẻ đau ốm gì, chỉ có điều hình như nó rất buồn.”

“Tôi cũng thấy như vậy,” người quản tượng trả lời.

“Ừm ... động vật cũng như con người vậy, thường không bao giờ trở nên buồn bã mà không có lý do chính đáng,” vị bác sỹ nói một cách tự tin. “Gần đây có điều gì khác lạ xảy ra cho nó không? Đời sống hàng ngày của nó có gì thay đổi không?”

“Không có gì ... con Vương Tôn thường chơi đùa mỗi tối với một con chó nhỏ gầy nhom nhưng gần đây con chó đó đã bị một người nông dân địa phương mua rồi.”

“Điều này xảy ra khi nào?” Bác sỹ hỏi.

“Ồ, nó đã xảy ra cách đây khoảng một tuần,” người quản tượng trả lời một cách lúng túng.

“Voi đã bỏ ăn và không chịu tắm từ khi nào?”

“Ô ... ô ... tôi nghĩ cũng khoảng thời gian đó,” người quản tượng đáp lại và cảm thấy xấu hổ vì mình đã không nhìn ra được sự liên quan của mọi việc.

“A, lý do đây rồi, con Vương Tôn buồn bởi vì nó đã mất đi một người bạn.”

“Bác sỹ ơi, ước gì tôi đã không bán con chó nhỏ quá nhanh, tôi chỉ nghĩ đơn giản chúng là một cặp đôi kỳ cục. Tôi sẽ cố gắng đi tìm con chó, nhưng thật tình, bây giờ tôi cũng không biết người nông dân đó đang sống ở đâu nữa,” người quản tượng ấp úng.



Sau khi bác sỹ trình lên nhà vua đầu đuôi câu chuyện, nhà vua truyền rằng sẽ có một phần thưởng cho ai đem con chó nhỏ màu trắng trở lại. Nghe tin này, người nông dân ngay lập tức dắt chú chó lên đường để xin nhận phần thưởng. Ngay khi bước vào cổng cung điện, con Bông đã nhìn thấy con Vương Tôn bạn nó, nó vui vẻ sủa vang lên và chạy nhanh hết sức đến bên bạn mình bằng bộ chân ngắn ngủn của nó.

Con Vương Tôn cảm thấy hết sức hạnh phúc khi được gặp lại người bạn nhỏ. Nó dùng cái vòi dài của nó đưa con Bông lên cao, đặt con chó ngồi trên đỉnh đầu mình, rồi nó hăng hái đi ra bãi tắm. Tối hôm đó, hai người bạn lại cùng nhau chia sẻ bữa ăn tối như những ngày xưa và con Vương Tôn đã vui trở lại. Ngày hôm sau, người quản tượng đã làm một tô thức ăn riêng cho con Bông để nó biết rằng nó mãi mãi sẽ được tiếp đãi tử tế ở đây.

Trong dịp lễ hội ở kinh thành sau đó, dân chúng đã rất ngạc nhiên khi thấy một con chó nhỏ màu trắng ngồi trên đầu con voi khổng lồ dẫn đầu trong đám rước của nhà vua.



Chúng ta đều cần có bạn để chia sẻ tâm tình, kỷ niệm và cũng để giúp đỡ lẫn nhau khi cần thiết. Người khôn ngoan biết rằng họ có thể tìm được một người bạn ngay cả trong những người không ngờ nhất.







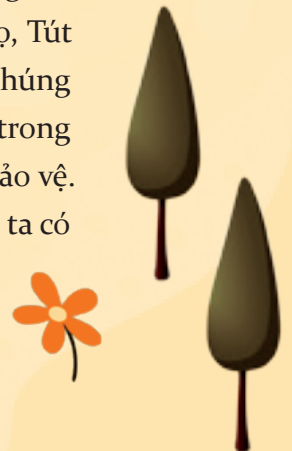
ĐÀN CHIM CUN CÚT VÀ NGƯỜI THỢ SĂN



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một đàn chim cun cút sống vui vẻ trong rừng, giữa những bụi cây hàng rào rậm lá. Chúng sống thoải mái như vậy cho đến một ngày nọ, có người thợ săn đến. Con có muốn biết điều gì đã xảy ra không nào? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Câu chuyện như thế này ... Thợ săn là một người lanh lợi, mưu sinh bằng việc đánh bắt những con chim cun cút. Người ấy thường núp sau những bụi cây hàng rào và bắt chước tiếng chim cun cút kêu để gọi chúng bay đến. Khi số lượng chim tụ tập lại đã nhiều, người thợ săn sẽ quăng lưới phủ lên trên để bắt chúng. Sau đó, ông ta sẽ đem về nhà một ít để vợ ông nấu ăn, phần còn lại ông ta đem ra chợ bán với giá cao.

Con chim đầu đàn tên là Tút Tút, một con chim cun cút già và khôn ngoan. Nó quyết định phải kiếm cách đối phó với người thợ săn. Nó đã nhận ra rằng để bảo vệ đàn chim, nó phải khôn ngoan hơn người thợ săn và nó nghĩ ra một cách. Một buổi sáng nọ, Tút Tút tập trung bày chim cun cút lại. “Mỗi ngày, tên thợ săn dụ chúng ta vào bẫy của hắn nhiều hơn. Không bao lâu sẽ chẳng còn ai trong chúng ta sống sót. Chúng ta phải làm một điều gì đó để tự bảo vệ. Ta có một kế hoạch. Nếu chúng ta làm việc cùng nhau, chúng ta có



thể thoát được tên thợ săn và mảnh lưới độc ác của hắn. Lần tới, nếu tên thợ săn quăng lưới chụp được bất cứ ai trong chúng ta, chúng ta phải bay lên cùng lúc khi nghe tiếng kêu báo hiệu của ta. Làm cách đó, chúng ta có thể nâng mạng lưới lên cao và bay thoát ra. Nhưng để kế hoạch này hiệu quả, tất cả chúng ta phải đồng lòng hợp tác.” Tất cả các chú chim đều đồng ý rằng đây là một kế hoạch tuyệt vời.

Ngay chiều hôm đó, người thợ săn trở lại, núp cạnh hàng rào và giả vờ tiếng kêu của chim. Một lần nữa, những con chim lại bị mắc mưu, và ông ta đã quăng lưới phủ lên đàn chim như ông ta vẫn làm. Nhưng lần này, những chú chim đều biết phải làm gì! Ngay khi chúng nghe tiếng huýt báo hiệu của Tút Tút, tất cả chim vỗ cánh hết sức mình cho đến khi chúng có thể bay lên cao như kế hoạch đã bàn với nhau trước đó. Phương pháp đạt được kết quả như ý! Với sức mạnh kết hợp, chúng nâng được mạng lưới lên và sau đó thả nó xuống một bụi cây gai nhọn.



Hôm đó, người thợ săn không bắt được một con chim nào. Mỗi lần ông ta cố gắng bắt chim, chúng đều trốn thoát và rốt cuộc ông ta lại mất nhiều giờ, bị cào xước và gai đâm, để gom mạng lưới lại. Cuối cùng, người thợ săn từ bỏ ý định bắt chim và chán nản đi về. Vợ ông nổi nóng khi thấy ông về nhà với cái giỏ không, bà hỏi gằn: “Mấy con chim cút cho bữa ăn tối đâu?” Ông trả lời một cách giận dữ: “Những con chim hôm nay quá khôn ngoan, chúng đã làm việc cùng nhau như một đội.” Rồi ông nói tiếp: “Nhưng chúng sẽ không hợp tác với nhau được trong một thời gian dài đâu. Chúng là những con vật hay tranh cãi và chúng sẽ sớm bất hòa. Đến lúc đó,

chúng sẽ không thể nâng mạng lưới của tôi lên được nữa. Khi đó, tôi sẽ tóm gọn chúng.”

Thật đúng như vậy, một ngày gần đó, khi những chú chim cun cút đang hót líu lo trên bờ rào, một con chim vô ý đã sà xuống trên đầu của chim bạn, thế là một cuộc tranh cãi dữ dội bùng nổ. Tút Tút đã khẩn thiết yêu cầu chúng giải quyết sự bất hòa một cách êm thấm, nhưng chúng không chịu nghe lời. Bất thành linh, con chim đầu đàn nhìn thấy người thợ săn đang chuẩn bị bắt chúng. Tút Tút nhận ra rằng nếu những con chim không làm việc cùng nhau thì phải tìm cách trốn thoát trước khi người thợ săn quăng lưới.



Nó ra lệnh đàn chim phải bay đi tức khắc! Hầu hết đã bay đi không chậm trễ, chỉ còn sót lại những con chim đang gậy gổ và chúng đã bị tóm gọn một cách nhanh chóng. Đàn chim của Tút Tút tiếp tục hợp tác làm việc như một đội. Chúng đã thoát lưới người thợ săn quá nhiều lần đến nỗi người thợ săn cuối cùng phải từ bỏ nghề bắt chim.



Làm việc một mình có thể thích thú hơn là cùng làm việc với người khác. Nhưng người khôn ngoan biết rằng làm việc chung trong một đội sẽ hiệu quả hơn khi làm việc một mình.

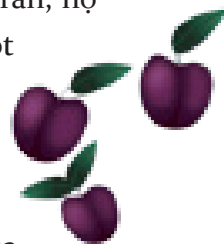




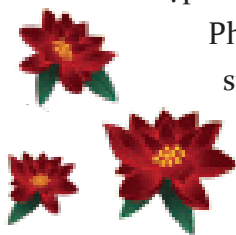
NHỮNG NÀNG CÔNG CHÚA VÀ CÂY CÁNH PHƯỢNG



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về bốn nàng công chúa sống trong một cung điện nguy nga, tráng lệ ở một vùng đất xa xôi. Họ là những thiếu nữ rất hiếu kỳ, thế nên khi nghe nói có một cái cây đẹp tuyệt trần, họ đã ước ao được nhìn thấy nó. Nhưng đây không phải là một cây bình thường, nó là cây rất kỳ diệu. Con có muốn biết kỳ diệu như thế nào không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Các nàng công chúa đã được giáo dục rất chu đáo về mọi thứ trong vương quốc của họ – đặc biệt là về tất cả các loài động vật, các loài hoa và cây cỏ. Thậm chí trong cung điện còn có một sở thú riêng để nuôi những loài chim quý và những con vật lạ được nhập về từ các xứ lân cận. Bộ sưu tập về cây cối và bông hoa trong khu vườn của cung điện được cho là không có khu vườn nào có thể so sánh được. Vì thế, các công chúa đều rất ngạc nhiên khi tình cờ nghe người làm vườn đề cập đến một cây đặc biệt trong vườn của cung điện, tên là Cánh Phượng, mà họ chưa bao giờ biết đến. Các công chúa hết sức tò mò đến nỗi họ nhất quyết xem cho tận mắt loại cây quý hiếm này. Ngay hôm đó, sau giờ học, họ đi tìm người làm vườn và yêu cầu ông ta dẫn họ đi xem cây Cánh Phượng lạ lùng này.



“Tôi xin được hân hạnh, thưa các công chúa!” Người làm vườn nói. “Nhưng cây Cánh Phượng là một cây rất kỳ diệu – người ta chỉ có thể thấy nó đúng vào ngày sinh nhật của mình. Thời gian còn lại người ta không thể trông thấy nó được. Do thế, tôi chỉ có thể dẫn mỗi lần một công chúa đến xem nó, và các công chúa sẽ phải đợi cho đến ngày sinh nhật của mình.”

Các công chúa hẳn nhiên đồng ý và quyết định rằng, để cho hợp lý, công chúa lớn nhất sẽ được đi xem cây Cánh Phượng trước tiên.

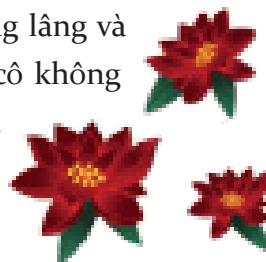
Một buổi sáng mùa xuân ấm áp, tươi sáng của ngày sinh nhật công chúa lớn nhất, người làm vườn và công chúa lên đường tìm cây Cánh Phượng. Sau khi đi bộ một lát, họ đã đến mép của khu rừng hoàng gia, nơi người làm vườn cho rằng cây ấy đã mọc lên. Công chúa nhìn thấy một cây cao, dáng thướt tha đứng một mình riêng lẻ, nhưng người làm vườn thì không thể trông thấy gì, vì vậy công chúa biết rằng đây quả thực là cây Cánh Phượng kỳ diệu.

Công chúa cảm thấy bị mê hoặc bởi vẻ xinh đẹp lạ thường của cây này, những chiếc lá nhỏ màu xanh xòe ra như những viên ngọc bích lấp lánh làm cho cô vui sướng ngắm nhìn. Khi họ rời nơi đó, người làm vườn đã yêu cầu công chúa không được nói về những gì đã xảy ra để không làm mất đi tính kỳ diệu của cây đối với những công chúa khác.

Khi mùa xuân chuyển mình sang mùa hè, công chúa thứ hai tổ chức mừng sinh nhật và người làm vườn cũng dẫn cô đi tìm cây Cánh Phượng. Công chúa ngỡ ngàng khi nhìn thấy nó, xum xuê với những bông hoa màu đỏ thắm, rực rỡ như những viên hồng ngọc. Cô ngây ngất với hương thơm tuyệt trần của



loài hoa kỳ bí. Những bông hoa ấy cho cô cảm giác lâng lâng và ngập tràn hạnh phúc. Người làm vườn cũng yêu cầu cô không được nói gì về cây này cho đến khi tất cả các công chúa đều đã được nhìn thấy nó.



Những ngày hè nóng nực đã từ từ nhường bước cho mùa thu mát mẻ khi người làm vườn dẫn cô công chúa thứ ba đi xem cây Cánh Phượng đứng vào sinh nhật của cô. Công chúa tròn xoe đôi mắt khi thấy những cành cây trĩu nặng những quả ngọt ngào màu tím trông như những viên thạch anh tím khổng lồ. Cây Cánh Phượng kỳ diệu quyến rũ đến nỗi công chúa cảm thấy như nó đang chuyển đến cô lòng tốt và sự rộng lượng của nó. Một lần nữa, người làm vườn lại yêu cầu công chúa một điều duy nhất, giống như đã yêu cầu hai công chúa trước, là không được bàn luận gì cho đến khi cả bốn công chúa đều được nhìn thấy nó.

Sau hết, khi gió đông xua những chiếc lá thu vàng cuối cùng rời khỏi cây là lúc công chúa thứ tư, công chúa trẻ nhất, tổ chức mừng sinh nhật.

Người làm vườn hôm đó cũng dẫn công chúa út đi thăm cây Cánh Phượng. Khác với ba cô chị, công chúa muốn được dẫn đi xem cây vào ban đêm, bởi cô muốn nhìn nó lộng lẫy dưới ánh trăng. Và quả đúng vậy, những nhánh cây màu bạc, ướt đẫm sương đêm, trông lấp lánh và lộng lẫy như thể chúng đang được bao phủ bởi những đường chỉ tơ bằng bạc dính đầy những hạt kim cương nhỏ li ti. Công chúa cảm thấy như



cây Cánh Phượng kỳ diệu đang bao bọc lấy cô trong bầu không khí ấm áp và huyền diệu của nó.

Sau ngày công chúa trẻ nhất đi thăm cây Cánh Phượng, các công chúa đều đi cảm ơn người làm vườn về việc đã dẫn họ đi xem cây kỳ diệu này. Tất cả đều cảm thấy thoải mái vì, cuối cùng, họ đã có thể thảo luận về cây Cánh Phượng.

Công chúa thứ nhất nói: “Chị sẽ không bao giờ quên được cái cây tuyệt đẹp đó với những ngọn lá nhỏ lung linh như những hòn ngọc bích trong ánh nắng chiều.”

Công chúa lớn thứ hai nói lớn: “Nhưng chị ơi, chị đã lầm rồi, cây Cánh Phượng được bao phủ bởi những bông hoa to màu ngọc đỏ và hương thơm quyến rũ của chúng đã khiến em cảm thấy vô cùng hạnh phúc.”

“Ồ không phải vậy! Ý kiến của cả hai chị hoàn toàn không đúng!” Công chúa thứ ba khẳng định. “Cây Cánh Phượng trĩu nặng với những quả ngon ngọt, màu tím. Những quả này lấp lánh như những viên thạch anh tím khổng lồ.”

“Thưa các chị, em nghĩ các chị đã nhìn thấy những cây khác nhau!” Công chúa trẻ nhất lên tiếng. “Những nhánh của cây Cánh Phượng được bao phủ bởi những sợi tơ lấp lánh của sương đêm và sự huyền diệu của chúng đã làm em say mê.”

Vì các công chúa rất tế nhị nên không ai tranh cãi, họ chỉ ngạc nhiên là không biết có phải bốn người đã nhìn thấy bốn cây khác nhau hay không mà thôi.





Người làm vườn cười vui. “Các công chúa quý mến,” ông điềm tĩnh nói, “quả thực các công chúa đã xem cùng một cây Cánh Phượng và đã trải nghiệm sự thần kỳ của nó. Nhưng nó được khoác lên những màu sắc khác nhau tùy theo mùa sinh nhật của mỗi công chúa. Để hiểu rõ giá trị thực sự của cây, các công chúa cần đi xem cây Cánh Phượng ở vào cả bốn mùa – điều này dĩ nhiên là không thể bởi vì tính vô hình của nó!”



Các công chúa cười vang. Họ đã quên rằng ngày sinh nhật của mỗi người rơi vào một mùa khác nhau trong năm và cây Cánh Phượng hẳn nhiên có những thay đổi theo mùa. Không có gì lạ khi nó trông khác nhau trong chuyến thăm của mỗi người!

Các công chúa cũng đều nhận ra rằng cách duy nhất để họ có thể hiểu biết nhiều hơn về cây Cánh Phượng thần kỳ là họ phải lắng nghe và học hỏi lẫn nhau. Đồng thời, họ còn phải lắng nghe và học hỏi từ người khác nữa, những người đã có đủ may mắn để được tận mắt nhìn thấy nó.



Những gì chúng ta nhìn thấy lần đầu tiên có thể không cho chúng ta cái nhìn toàn bộ. Người khôn ngoan biết rằng để khám phá sự thật về bất cứ điều gì, họ phải học hỏi từ nhận xét của những người khác và của chính họ.





NGUỒN NƯỚC GIỮA SA MẠC



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một gia đình nghèo trên đường đi dự đám cưới của người em họ giàu có tổ chức tại một ngôi đền xinh đẹp, ở một nơi thật xa. Con có muốn biết trên đường đi đã xảy ra điều gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Gia đình nghèo nọ đã có một chuyến đi tương đối suôn sẻ. Họ đã đi qua nhiều thành phố và làng mạc trong chiếc xe bò nhỏ của họ, nhưng bất ngờ, họ đi đến ranh giới của một sa mạc mênh mông, cực nóng. Họ lo lắng hỏi thăm dân địa phương xem bằng cách nào họ có thể băng qua sa mạc. Mọi người trong làng đều có câu trả lời giống nhau – đừng đi tới gần sa mạc vào ban ngày, nhưng họ có thể đi băng qua nó vào ban đêm – khi ông mặt trời nóng hổi đã ngủ yên giấc trên giường.



“Nhưng chúng tôi làm thế nào biết đường để đi trong đêm tối?” Người cha trong gia đình hỏi.

“Định hướng bằng vị trí các ngôi sao,” người địa phương trả lời.

“Đó là cách rất hay,” người cha suy nghĩ. “Nhưng tôi không biết gì nhiều về những ngôi sao, chúng tôi cần kiếm người biết coi sao để dẫn đường cho chúng tôi.”





Ông ta đã hỏi quanh và sớm tìm ra một thanh niên trẻ, người này được cho là một trong những người hướng đạo giỏi nhất trong vùng. Tối hôm đó, sau khi màn đêm buông xuống, cát trên

sa mạc đã trở nên nguội hơn, gia đình họ bắt đầu cuộc hành trình băng qua sa mạc. Chàng hướng đạo trẻ cầm dây cương của con bò, hãnh diện ngồi thẳng lưng trên xe. Ngẩng đầu nhìn bầu trời đêm trong suốt đầy sao lấp lánh, chàng trai căn cứ vào vị trí của các ngôi sao và dẫn họ đi về hướng đông.

Tuy nhiên, trước khi khởi hành anh ta đã thưởng thức một bữa ăn tối thật no, còn uống thêm một tách sô-cô-la nóng thật lớn, và những điều này đã làm cho anh ta cảm thấy hết sức buồn ngủ. Chẳng bao lâu sau, sự lắc lư nhẹ nhàng của chiếc xe bò đã dịu dàng đưa anh ta vào giấc ngủ say sưa. Trong khi đó, mọi hành khách trên chiếc xe, vì cũng đang ngủ ngon, nên không một ai hay biết chuyện gì đang xảy ra. Dĩ nhiên, con bò kéo xe không biết nhìn sao trời nên nó cứ kéo chiếc xe loanh quanh về một hướng hoàn toàn sai lạc. Khi người cha trong gia đình thức giấc thật sớm sáng hôm sau, ông ta nhận ra rằng tất cả đều mạnh khoẻ nhưng đã hoàn toàn bị lạc đường.

“Chúng ta đang ở đâu đây?” Vợ ông hỏi lớn khi thức giấc. “Đáng lẽ chúng ta phải băng qua gần hết sa mạc rồi! Chúng ta sẽ bị trễ đám cưới mất.” Khi họ phát hiện chàng hướng đạo trẻ đang ngủ say sưa, họ rất giận, nhưng sự tức giận của họ sớm chuyển sang nỗi sợ hãi. Những đứa trẻ rên rỉ: “Cả ngày ở trên sa mạc!”

Chúng khóc lên: “Chúng ta sẽ hết nước! Chúng ta sẽ phải làm gì đây?”



Người cha cố gắng trấn an mọi người: “Đừng lo lắng, chúng ta sẽ sớm tìm được đường ra.”

Ông ta đi tới đi lui và tiếp tục suy nghĩ. Đoạn ông ngồi bệt xuống cát và nhìn chăm chăm vào khoảng không xa xa trước mặt. Chắc chắn phải có cách giải quyết mà mình có thể làm được ... Đột nhiên ông thấy có một cây màu xanh nhỏ xíu mọc trên cát bên cạnh một tảng đá. “A ha, rốt cuộc cũng có cây mọc được ở bãi sa mạc nóng và khô này. Ở đâu có cây, chắc chắn ở đó phải có một chút nước!” Ông kết luận.



Ông gọi chàng hướng đạo trẻ khỏe mạnh đến và chỉ vào cái cây xanh. “Tôi muốn anh đào chỗ này, tôi nghĩ sẽ có nước ở gần đây,” ông ra lệnh. Chàng thanh niên nhìn ông với vẻ hoài nghi, nhưng chính anh đã đem rắc rối này đến cho họ nên anh không dám cãi lại. Anh ta lấy một cái xuống trên xe và bắt đầu đào.

Anh ta ra sức đào hết giờ này đến giờ nọ. Cái lỗ càng ngày càng sâu hơn, nhưng vẫn chẳng có tí nước nào. Chàng trai lúc bấy giờ cảm thấy rất nóng nực và khát nước. Bất thành linh anh ta đào trúng một vật gì đó.



Anh ta la lên: “A, một tảng đá! Ôi, tôi đào này giờ chỉ thấy một tảng đá cuội khổng lồ, thật là phí thời giờ quá!”

Lúc này, mọi người trong gia đình đều lộ vẻ thất vọng, nhưng người cha, không phải là kiểu người dễ bỏ cuộc, đã thúc giục mọi người không được tuyệt vọng. “Đừng nản chí, chúng ta không thể



bỏ cuộc, vì nếu vậy chúng ta sẽ bị chết khát. Trong khi còn sức lực và trước khi mặt trời trở nên nóng hơn chúng ta phải tiếp tục cố gắng. Cả nhà cứ thử nghĩ đi, em họ chúng ta sẽ cảm thấy thế nào khi chúng ta không có mặt ở đám cưới của cô ấy.”

Mọi người đều im lặng. Tất cả đã cảm thấy quá mệt mỏi và khát nước đến nỗi họ không còn chút sức lực nào để phản đối. Người chủ gia đình ngồi xuống tảng đá và nhìn quanh. Rồi, trong sự im lặng, ông đã nghe, hoặc ít nhất ông nghĩ là ông đã nghe, thoang thoang tiếng nước. “Ta đang nghe thấy gì?” Ông ngạc nhiên tự hỏi.

“Bà ơi, lắng nghe nè! Tôi chắc chắn đã nghe được âm thanh của nước! Bà cũng nghe thấy phải không?” Ông hỏi vợ.

“Cái gì? Trời nóng quá làm ông điên rồi hả?” Bà vợ ông gắt lên.

“Không, nghe kỹ đi, tôi chắc chắn đã nghe thấy âm thanh của nước,” ông nói một cách phấn khởi, “và có vẻ như nó đến từ tảng đá. Đập tảng đá đi!” Ông ra lệnh.

Người hướng đạo đi lấy cái vò và bắt đầu đập tảng đá. Ban đầu, không có gì xảy ra, rồi thật bất ngờ, tảng đá vỡ đôi. Trước sự ngạc nhiên và thở phào nhẹ nhõm của mọi người, những bong bóng nước bắt đầu nổi lên rồi hợp nhau thành một vòi nước mát trong lành.

Mọi người reo hò mừng rỡ rồi cùng đổ xô về phía trước để uống những ngụm nước mát trong veo. Cả gia đình nhảy nhót vì sung sướng, họ ôm nhau cười vui vẻ. Họ cho con bò kéo xe





uống một bụng nước no nê và đổ đầy tất cả các bình đựng nước để sử dụng trong cuộc hành trình còn lại.

Hết lo sợ và khoẻ khoắn, đoàn người lại lên đường sau khi mặt trời lặn. Khi ánh trăng lên cao trên bầu trời đầy sao, chàng trai trẻ hướng đạo đã dẫn họ băng qua sa mạc một cách an toàn. Cuối cùng, họ đã đến được ngôi đền ngay sau rặng đông. Mọi người đã đến nơi đúng lúc để dự đám cưới của cô em họ.

Vài giờ sau đó, mặc trên người những bộ quần áo đẹp nhất, họ đã dự một bữa tiệc thịnh soạn để chúc mừng vợ chồng cô em họ xinh đẹp. Nhìn cảnh gia đình vui vẻ, người cha mỉm cười một mình và lặng lẽ chúc mừng họ với một ly nước mát trong vắt. Ông cảm thấy hết sức vui lòng vì mình đã không bỏ cuộc khi gia đình gặp khó khăn trong sa mạc.



Chúng ta thường gặp muôn vàn khó khăn và trở ngại trong đời sống, nhưng lúc đó thật dễ để bỏ cuộc. Người khôn ngoan biết rằng, nếu tiếp tục cố gắng họ sẽ vượt qua được khó khăn.





NGƯỜI NHẬT CỬ LƯỜI BIẾNG



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về Gabi, một cậu bé sống trong một căn nhà nhỏ, trên một ghềnh đá nhìn ra biển. Một ngày kia, cậu bé đã gặp rắc rối lớn với cha mẹ mình. Con có muốn biết đó là rắc rối gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Vào một ngày nắng đẹp, cha của Gabi, một người đánh cá, đã yêu cầu con trai ông đi nhật cử trong rừng. Ngày mai họ sẽ có một chuyến đi bằng thuyền để xem cá voi, như một món quà đặc biệt cho cả gia đình, nên họ cần củi để nấu một bữa ăn sáng thịnh soạn trước khi khởi hành.

Nhưng sáng hôm đó Gabi cảm thấy rất mệt. “Thật là không công bằng!” Cậu càu nhàu. “Ta không muốn đi nhật củi, ta chỉ muốn được nghỉ ngơi hôm nay.” Tuy vậy, cậu cũng đi theo con đường mòn dẫn đến khu rừng để kiếm củi. Trên đường đi cậu thấy một cây đơn độc, trụi lá.



“Đây là ngày may mắn của ta!” Cậu kêu lên. “Cây này không còn chiếc lá nào và có vẻ dùng làm củi đốt rất tốt – cây chết và khô rồi. Ta không cần đi đến tận khu rừng như cha đã bảo. Ta có thể cứ nghỉ ngơi ở đây rồi nhanh tay bẻ gãy một số nhánh cây trước khi ra về.”

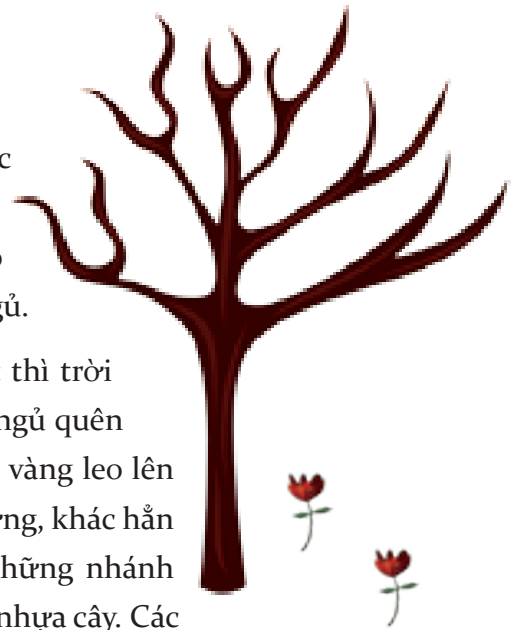
Nghĩ như vậy rồi, cậu ngồi xuống dưới gốc cây khô và nhìn đăm đăm vào mặt biển đang lóng lánh dưới ánh nắng mặt trời. Chẳng bao lâu sau, cậu đã nhanh chóng chìm vào giấc ngủ.

Một lát sau, khi cậu giật mình thức giấc thì trời đã gần tối. “Chết chưa! Không biết mình đã ngủ quên bao lâu rồi?” Gabi băn khoăn tự hỏi. Cậu vội vàng leo lên cây và cuống cuồng bẻ những nhánh cây. Nhưng, khác hẳn về bên ngoài, cây này vẫn chưa chết khô, những nhánh cây vẫn còn tươi xanh bên trong và chứa đầy nhựa cây. Các nhánh cây bị kéo và vặn nhiều quá đến nỗi một nhánh cây đã bật ngược trở lại trúng vào mắt cậu. “Úi da!” Cậu bé la lên. Khi đã bẻ đủ số củi, cậu ôm chúng trong tay, chạy về nhà chất chúng ngoài sân rồi đi ngủ.

Sáng sớm hôm sau, mẹ của Gabi thức dậy để chuẩn bị cho bữa ăn sáng. Bà lấy củi, chất vào bếp và nhóm lửa. Nhưng những ngọn lửa chỉ bập bùng yếu ớt rồi tắt. Lúc chòng bà đi xuống, bếp nấu ăn vẫn chưa có lửa. “Em xin lỗi, bữa ăn sáng chưa nấu xong,” bà nói. “Củi này còn quá tươi và ẩm đến nỗi không thể bắt lửa được.”

Đúng lúc này, Ga-bi xuất hiện. “Con trai, mắt con bị sao vậy?” Mẹ cậu lo lắng hỏi. “Củi này sao ướt quá vậy?” Cha cậu càu nhàu.

Cậu bé thấy ghen cổ và liên tục đổi chân. Cậu cảm thấy hổ thẹn vì cậu đã quá lười biếng và làm cha mẹ thất vọng. Cố gắng không khóc, cậu đã kể lại việc cậu ngủ quên dưới gốc cây rồi vội vã bẻ những nhánh cây còn tươi làm cậu bị đau mắt.



“Con có lỗi quá, con đã không đi đến khu rừng như cha dặn. Lúc đó con cảm thấy quá mệt mỏi nên đã làm việc một cách cẩu thả,” Gabi nói.

“Hừm, khi chúng ta kiếm đủ củi khô để nấu bữa ăn sáng hôm nay,” cha cậu nói, “thì sẽ quá trễ để đi xem cá voi – đường đi xa lắm.”

Gabi thất vọng, nhưng quyết tâm chuộc lỗi. Một lát sau, cậu đã đi đến khu rừng và kiếm được rất nhiều củi khô. Vì thế sáng hôm sau, mẹ cậu đã có thể nấu cho cả nhà một bữa ăn sáng ngon lành. Và, như là một phần thưởng cho sự chịu khó của cậu, rốt cuộc cả gia đình đã đi xem cá voi – một trải nghiệm tuyệt vời Gabi không bao giờ quên.



Người lười biếng không chỉ gây thất vọng cho chính mình mà còn cho những người khác. Người khôn ngoan làm việc siêng năng để có thể nhận được kết quả tốt và hài lòng rằng họ đã làm hết sức mình.



CON THỎ NHỎ NGỒ NGHỊCH



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một con thỏ nhỏ không thích đi học. Một ngày kia, nó học được một bài học rất quan trọng. Con có muốn biết bài học đó là gì không nào? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Nào, chúng ta hãy bắt đầu câu chuyện ... Tại một đồng cỏ kỳ diệu dưới chân một ngọn núi trên đỉnh phủ đầy tuyết có bầy thỏ đáng yêu sinh sống. Con thỏ đầu đàn già đến nỗi bộ lông của nó đã ngả sang màu xám bạc và mọi người gọi nó là lão Bạc. Lão được toàn thể họ hàng nhà thỏ yêu thương và kính trọng.



Một buổi sáng mùa thu đầy sương mù, lão Bạc đang ngồi trong hang nhìn mông lung ra đồng cỏ, có mấy con thỏ nhỏ háo hức đi đến gần và xin lão làm ơn dạy cho chúng một phần kinh nghiệm của lão. Lão Bạc giật giật mũi. “Được chứ,” lão nói. “Chúng ta sẽ bắt đầu ngày mai. Có mặt ở đây lúc một giờ đúng và ông sẽ dạy các cháu tất cả những gì ông biết – đặc biệt là làm sao tránh bị sập bẫy. Không có gì quan trọng hơn điều này. Nhớ đừng đến trễ!”



Ngày hôm sau, lúc đồng hồ chỉ đúng một giờ, những con thỏ nhỏ bắt đầu buổi học. Tất cả thỏ đều





đi học, ngoại trừ con thỏ nhỏ ngộ nghịch tên Láu, vì nó nghĩ rằng việc học hỏi thêm bất cứ điều gì cũng không đáng để nó từ bỏ thời gian chơi đùa. Nó chỉ muốn vui chơi. Thế nên, ngày này sang ngày khác, Láu đi đến ao chơi với mấy con vịt. Nó cố nhảy thật cao để lôi kéo sự chú ý của những con bướm bay ngang qua. Và nó đi vào rừng nhảy nhót trên những lớp lá thu vàng tạo ra những giai điệu âm thanh từ tiếng lá khô vỡ vụn dưới chân.

Nhưng rồi một ngày kia, trong khi mãi mê vui chơi và nhảy múa, nó đã dẫm lên một tấm lưới được trải ra trên mặt đất và che phủ bởi cành và lá cây một cách khéo léo – đó là một cái bẫy! Tấm lưới siết chặt lại chung quanh và kéo nó lên cao như một quả bóng. “Cứu tôi với! Tôi bị lọt bẫy rồi!” Nó rên rỉ kêu.



Tối hôm đó, khi thấy Láu không về nhà, mẹ nó lo lắng và đã yêu cầu lão Bạc tổ chức một cuộc tìm kiếm. Lão Bạc ra lệnh cho các con thỏ đi tìm những nơi mà Láu thường tới chơi, trong khi lão đi đến những nơi mà lão biết những người thợ săn thường đặt bẫy.

Tìm kiếm chưa được bao lâu thì lão nghe tiếng bước chân của người đi. Một người đàn ông đang đi tới – có vẻ như tiếng bước chân của một thợ săn. Thấy nguy hiểm, lão Bạc chạy nhanh đến cái bẫy kế tiếp và thấy chú thỏ Láu buồn thiu đã bị cuốn trong một tấm lưới. Một cách nhanh chóng, lão thỏ khôn ngoan dùng những chiếc răng dài và sắc để gặm đứt những sợi dây. Đúng lúc những



bước chân đến gần như ngay trên đầu chúng, lão Bạc găm đứt được sợi dây cuối cùng của mạng lưới, và Láu được tự do. Chúng cố hết sức chạy thật nhanh bằng những đôi chân nhỏ bé của chúng.

Mẹ của Láu lau nước mắt trong sung sướng khi thấy con trai không hề hấn gì. “Mẹ mừng hết sức khi thấy con được an toàn!” Và bà khóc. “Con làm mẹ hoảng sợ quá chừng!”

“Con xin lỗi mẹ!” Láu nói, ôm chặt mẹ.

“Con ơi, bây giờ con có thấy tại sao việc dành thời giờ để lắng nghe và học hỏi là rất quan trọng không? Còn nhiều thứ trong đời sống con rất cần phải học.”

“Vâng, thưa mẹ! Bây giờ con đã nhận ra điều đó. Con cũng rất xin lỗi lão Bạc! Con xin hứa sẽ không bao giờ trốn học nữa!”



Chúng ta sẽ có lợi nếu biết lắng nghe sự khôn ngoan mà người khác đã gom góp được từ kinh nghiệm và tử tế chia sẻ lại. Người khôn ngoan biết phân chia thời giờ: lúc để vui chơi và lúc để học hỏi.







BÁT CƠM NHỎ



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một ông keo kiệt sống trong một lâu đài to lớn, trên đỉnh một ngọn đồi đơn độc. Một ngày kia, một biến cố lớn đã làm thay đổi cuộc đời của ông ta mãi mãi. Con có muốn biết biến cố này là gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, chúng ta hãy bắt đầu câu chuyện ... Ông keo kiệt sống trong một toà lâu đài cũ kỹ, to lớn và lộng gió. Ông sống ở đó một mình, tách biệt với mấy người gia nhân, và một con chó mà ông đã chẳng buồn đặt tên. Ông keo kiệt ăn và ngủ tại một trong những ngọn tháp của tòa lâu đài và suốt ngày chỉ làm một việc duy nhất là đếm đi đếm lại số vàng của mình. Ông yêu vàng hơn mọi thứ trên thế gian này – không bao giờ chia sẻ với ai và thậm chí cũng chẳng dám tiêu xài nó. Ông cũng nổi tiếng là người bần tiện nhất xưa nay – bần tiện đến nỗi ông không bao giờ mời ai đến nhà, cũng không bao giờ cho ai cái gì. Thật vậy, ông đi ra ngoài chỉ một lần mỗi năm vì sợ tốn tiền. Mỗi lần đi, ông sử dụng chiếc xe ngựa lớn, mang theo con chó và một người hầu để thu thuế từ những nông dân nghèo thuê đất của ông.



Một năm nọ, ông trên đường trở về nhà sau một ngày thu tiền thuế thành công. Khi màn đêm buông xuống, ông đang ôm một



bao tải vàng lớn trong xe thì cỗ xe ngựa của ông bất thành linh bị những tên cướp bắt ngừng lại. “Cứu tôi với!” Ông hét to lên cầu cứu nhưng vô hiệu. Những tên cướp lột hết quần áo của ông, bắt ông mặc quần áo rách rưới rồi dẫn ông và con chó đến một vùng vắng vẻ thật xa. Chúng bỏ mặc ông và con chó ở đó mà không để lại chút nước uống hay thức ăn nào.

Ông keo kiệt quá sửng sốt, bàng hoàng bởi biển cố này và đã la hét con chó nhỏ vì nó đã không chịu tấn công những tên cướp. Trời đã tối và họ hoàn toàn bị lạc. Tuyệt vọng, ông chui xuống dưới một hàng cây, nằm khóc và nghĩ đến số vàng đã bị cướp cho đến khi rơi vào giấc ngủ. Con chó nhỏ thu mình nằm cuộn lại bên ông.



Sáng hôm sau, khi thức dậy, ông ta cảm thấy lạnh, đau đớn và đói bụng. Ông ta và con chó nhỏ lên đường tìm kiếm một ngôi làng, lang thang hết nơi này đến nơi khác, rốt cuộc, họ cũng đến được một con đường, dù vẫn không thấy bóng dáng một ai. Đi bộ suốt ngày mà không có gì ăn, ông ta đói ghê gớm và cảm thấy tủi thân. Rồi đột nhiên, con chó sủa mấy tiếng và chạy đi.

Ông keo kiệt lần theo con chó, chỉ thấy một gian nhà tranh nhỏ, lẻ loi, bao quanh bởi những bụi hoa hồng dại. Ông nhìn thấy khói trắng bay lên từ ống khói của căn nhà. Thấy phấn khởi, ông định gõ cửa. Nhưng thành linh ông do dự, ông cảm thấy hổ thẹn nhớ lại trước đây ông đã xua đuổi những người đến nhà xin ông giúp đỡ. Ai lại muốn giúp đỡ một người ăn mặc rách rưới,



giống như ông bây giờ? Ngay khi ông sắp sửa bỏ đi, một giọng nói vui vẻ cất lên: “Ai ngoài đó?”



Thấy nhẹ nhõm, ông keo kiệt ngần ngại trả lời: “Tôi xin lỗi đã quấy rầy ông, nhưng tôi bị lạc đường và đang đói. Ông có thể làm ơn cho chúng tôi một ít thức ăn được không? Và xin ông, nếu có thể, cho chúng tôi ngủ nhờ ở một chỗ ấm áp nào đó được không?”

“Dĩ nhiên rồi,” một giọng thân thiện đáp lại. “Mời vào.”

Ông keo kiệt bước vào nhà với con chó theo sau. Căn phòng khá trống trải – chỉ có một ít bàn ghế cũ và cửa sổ không có treo màn. Nhưng lại có một ngọn lửa nhỏ đang cháy trong lò sưởi. Ngồi ở bàn là một người đàn ông trông tử tế, và cạnh ông là con chó màu nâu đang ve vẩy cái đuôi và nhe răng cười. Người chủ nhà đứng dậy, nở một nụ cười chân thành. “Đây là một người bị lạc đường đáng thương, Ki Ki à,” ông nói với con chó của mình, “và ông ấy đã mang đến cho con một người bạn mới!”

“Mời vào và ngồi xuống đây,” ông nói, xoay người về phía ông keo kiệt. “Chào mừng quý vị đến dự bữa tiệc của tôi. Tối nay chúng ta có một bữa tiệc cơm ngon!” Ông nói đùa như thế rồi đi đến kệ bếp lấy ra hai cái bát nhỏ. “Chúng ta sẽ phải chia nhau chỗ cơm này – tôi e rằng đây là tất cả những gì tôi có,” ông nói thêm. “Con chó của bạn có thể chia sẻ phần thức ăn của con Ki Ki.” Vừa nói ông vừa bỏ một ít cơm vào cái tô lớn của con Ki Ki cho hai con chó và chia phần còn lại vào hai cái bát nhỏ, một bát cho ông và bát còn lại cho ông keo kiệt. Thấy như vậy, ông keo kiệt không thể nào tưởng tượng được lòng rộng lượng của người chủ nhà. Ông tự hỏi sao mà người nghèo nàn này lại có thể vui vẻ như vậy? Ông keo



kiệt nghĩ đến số vàng, gia nhân và lâu đài của mình. Mặc dù sở hữu một tài sản to lớn, ông chưa bao giờ được hạnh phúc như người đàn ông nghèo nàn này. Ông cảm thấy hết sức tội lỗi và hổ thẹn với hành vi keo kiệt của mình trong quá khứ.



Chẳng bao lâu sau, cơn đói kéo ông về với thực tại và ông cầm cúi ăn cơm. Ông ăn một cách thèm thuồng, vội vã và nghĩ chưa bao giờ có món ăn nào ngon đến như thế! Chẳng bao lâu sau, cảm động trước chân tình của người đàn ông tử tế, ông keo kiệt đã tâm sự với ông ta việc mình bị cướp. Người đàn ông tử tế chăm chú lắng nghe, và khi câu chuyện kết thúc, ông nói: “Câu chuyện của bạn làm tôi cảm thấy thật buồn. Bạn có quá nhiều thứ nhưng cuộc đời bạn lại quá cô đơn và vô vị.” Sau đó ông nhường cho ông keo kiệt chỗ ngủ của mình ngay trước lò sưởi, chúc ông ta ngủ ngon, rồi nằm xuống sàn nhà ngủ một cách ngon lành.

Ông keo kiệt hết sức cảm động bởi sự tử tế này, cảm kích đến nỗi khi nằm trần trọc trước lò sưởi, ông suy nghĩ về những gì đã xảy ra, và trái tim lạnh lùng của ông bắt đầu thay đổi. Nước mắt lăn dài xuống má, ông nhận thấy cuộc đời của ông trong quá khứ hết sức tồi tệ. Ông với tay qua con chó vỗ nhẹ vào lưng nó, có lẽ



đây là lần đầu tiên kể từ ngày nó về ở với ông. Ông quyết tâm đền đáp thật hậu hĩ tấm lòng rộng lượng của người đàn ông tử tế.



Sáng hôm sau, khi thức dậy, ông keo kiệt đã mời người đàn ông nghèo và con Ki Ki đến sống với ông tại lâu đài của mình – thành ý đó được vui vẻ chấp nhận. Ngay lập tức tất cả mọi người khởi hành đi về lâu đài của ông keo kiệt.



Và kể từ hôm đó, ông keo kiệt đã hoàn toàn thay đổi lối sống. Ông và người đàn ông nghèo trở thành đôi bạn thân, sống vui vẻ cùng nhau với Ki Ki và Cún – tên ông keo kiệt đặt cho con chó của mình. Từ đó không một ai đến xin giúp đỡ ở tòa lâu đài trên đồi bị từ chối và xua đuổi nữa. Thay vì thu thuế đất, ông dùng vàng của mình để cải thiện đời sống dân chúng địa phương. Mỗi năm hai lần, ông còn mở tiệc đãi bà con xóm giềng và tổ chức những cuộc vui chơi cho trẻ em. Mọi người hân hoan thưởng thức những cuộc vui này đến mức chúng trở thành chuyện được nói đến nhiều nhất của vùng đất đó.



Lòng tham lam và ích kỷ làm ta đau khổ. Người khôn ngoan nhận ra rằng con đường dẫn đến hạnh phúc thật sự là chia sẻ tất cả những gì họ có, cho dù chúng có thể hết sức nhỏ bé.



CON CÔNG VÊNH VÀO



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện về một con công đẹp nhưng vênh vào. Nó sống ở một vùng cao nguyên núi đá nơi có những đám mây trắng xoá đùa chơi trong bầu trời xanh trên vương quốc của những loài chim. Một buổi chiều nọ, lúc con công đang chiêm ngưỡng vẻ đẹp của nó phản chiếu trong một ao đá, nó nghe loáng thoáng được vài điều rất thú vị khi gia đình chim cổ đỏ líu lo trò chuyện. Con có muốn biết là những điều thú vị gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, chúng ta hãy bắt đầu câu chuyện ... Ngày đặc biệt đó, chim cổ đỏ mẹ đã không thể kiềm chế được sự phấn khích của nó. “Thật là một dịp tuyệt vời!” Chim cổ đỏ mẹ líu lo với chồng trong khi nhảy nhót loanh quanh.

“Đúng vậy, đúng vậy,” chim cổ đỏ cha đồng ý.

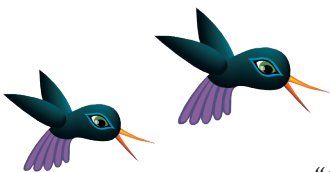
“Tại sao? Có chuyện gì xảy ra hôm nay?” Chim cổ đỏ con ríu rít hết sức hiếu kỳ.



“Ồ! Con yêu quý của ta,” chim cổ đỏ mẹ nói lớn, “hôm nay, vua của chúng ta, Ngài Thiên Nga Trắng Vĩ Đại, cho con gái của ngài là công chúa Thiên Hương kết hôn.”







“Công chúa kết hôn với ai vậy ạ?” Chim con hỏi.



“Ồ! Đó là vấn đề. Chúng ta chưa biết,” chim cha trả lời.

“Con có biết,” chim mẹ nói tiếp, “mấy năm trước, nhà vua đã ban cho công chúa Thiên Hương một điều ước sinh nhật đặc biệt, và công chúa đã yêu cầu nhà vua cho phép công chúa được chọn chồng của mình khi cô ấy đủ trưởng thành để kết hôn. Vì vậy, nhà vua đã triệu tập tất cả những con chim có đủ điều kiện ở mọi nơi về họp mặt chiều nay bên dưới cao nguyên đá. Hôm nay là ngày công chúa sẽ kén chồng. Chúng ta hãy nhanh lên – nếu chúng ta đến sớm chúng ta sẽ có một vị trí tốt để coi.” Và cả gia đình chim cổ đỏ đã nhanh chóng bay đi.

Con công vênh vào đã nghe được hết cuộc nói chuyện của gia đình chim cổ đỏ. “Ồ, ồ,” nó tự lẩm bẩm khi quay lại chiêm ngưỡng một cách say mê hình ảnh của nó trong ao đá. “Công chúa Thiên Hương đang chọn chồng, có phải không? Hôm nay có thể là ngày may mắn của cô ta. Tóm lại, ta là một con chim trống trẻ, đẹp, và độc thân – ta quả thực rất xứng đáng!”, nó tiếp tục ngắm hình ảnh của mình dưới ao và nghĩ, “ta đang rảnh rỗi tối nay, ta có thể đi dạo về phía cao nguyên đá.” Con công quay lưng định đi nhưng rồi ngừng lại để nhìn ngắm mình một lần cuối. Hết sức hài lòng với hình ảnh của mình trên mặt nước trong ao, nó vênh vào cất bước.

Bên dưới vùng cao nguyên đá, những con chim đang bay đến từ mọi nơi, vừa bay vừa hót líu lo, kêu quang quác một cách thích thú. Một đám đông các giống chim đã nhanh chóng tụ họp,



những con chim hồng hạc chân dài, những con vẹt lông đuôi màu sắc như cầu vồng, những con chim thiên đường lạ lùng, những con chim cú khôn ngoan và trang nghiêm, những con chim ruồi hút mật rục rở, và còn rất nhiều loại nữa.

Bất thành linh, vua Thiên Nga Trắng và công chúa Thiên Hương xuất hiện trên mép đá và công chúa bắt đầu nhìn quanh đám chim đang tụ tập đông đảo. Một cảm giác hào hứng tràn qua đám đông khi ánh mắt của công chúa lướt qua chỗ họ, và những chàng chim trẻ đã chen lấn giành chỗ để khoe mình. Con công kiêu hãnh nhảy lên trên một tảng đá nhỏ rồi xòe bộ lông đuôi xinh đẹp và lấp lánh trong ánh nắng hoàng hôn.

Lúc bấy giờ, nhà vua ngẩng cao đầu, gương đôi cánh vĩ đại của ngài ra. Tất cả các con chim đều hồi hộp im lặng. “Con gái yêu! Những đối tượng xứng đáng nhất đã tập trung trước chúng ta. Con đã sẵn sàng để kén chồng bây giờ chưa?” Nhà vua hỏi.



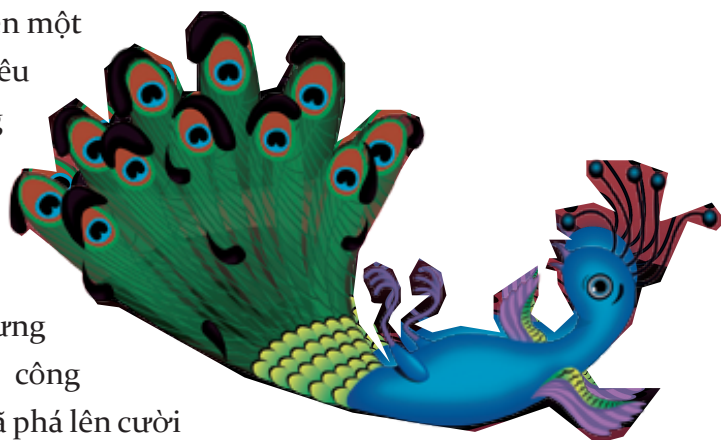
Công chúa trẻ gật đầu. Cô đã nhìn thấy một con chim lộng lẫy bên dưới và thầm yêu nó. “Thưa cha, chàng ở trên tảng đá nhỏ đằng kia ạ. Con ước mong được sánh duyên cùng chim công.”

Mới đầu, những chú chim trẻ khác trong đám đông thờ dãi thất vọng. Nhưng rồi, chúng nhanh chóng hoan hô con chim công về sự may mắn của anh ta. Chim công kiêu hãnh ưỡn cao ngực. “Dĩ nhiên rồi!”, nó thốt lên một cách tự mãn, “ta đã biết chắc chắn ta sẽ được chọn. Tóm lại, ta là con chim trống đẹp nhất hôm nay.”

Nghe những lời lẽ khoe khoang của nó, những con chim khác bắt đầu xì xào với nhau. “Thật đáng xấu hổ, nó kiêu ngạo quá, tội nghiệp cho công chúa Thiên Hương!”

Nhưng chim công đang tận hưởng sự chú ý của mọi người, nó lơ đi tất cả những lời chỉ trích. Nó xòe bộ lông đuôi xinh đẹp và cúi chào đám đông. Đoạn nó ngẩng cao đầu để khoe bộ ngực khoẻ mạnh màu xanh biếc. Mọi người càng có vẻ thán phục, nó càng cố gắng nghiêng về phía sau cho đến khi – hỡi ôi! Chim công nghiêng về phía sau quá nhiều đến nỗi bị mất thăng bằng và té ngửa một cách vụng về. Chim công té lưng đập xuống đất vang lên một tiếng “bịch” thật to, và kêu lên một tiếng “Ui da!” cũng to không kém. Thật là mắc cỡ làm sao!

Thoạt đầu tất cả đều kinh ngạc im lặng, nhưng khi bầy chim thấy chim công không bị thương, chúng đã phá lên cười vang. Một cảnh tượng trông thật tội nghiệp! Đôi chân của nó dựng đứng lên trời và bộ lông đuôi đẹp đẽ bị phủ đầy bùn. Đầu của nó xoay vòng vòng chừng một phút nhưng nó đã nhanh chóng lấy lại phong độ, hít hơi ưỡn ngực và xòe cái đuôi dính đầy bùn ra. Nhưng khi nghe những con chim khác đang cười vang chế nhạo, nó hét lên: “Chúng mày dám cười ta sao, hỡi đám thường dân kia! Ta ra lệnh chúng mày phải tôn kính ta – hoàng tử Chim Công.”



Khi vua Thiên Nga Trắng thấy những trò hề của chim công và nghe những lời kiêu ngạo của nó, ngài rất giận dữ bởi vì kẻ mà con gái ngài chọn làm chồng đã cư xử hết sức không thích hợp.



“Hỡi chim công! Ngươi là một kẻ vô tích sự và ngu ngốc,” nhà vua tuyên bố. “Hành vi của ngươi hôm nay cho thấy rằng ngươi không xứng đáng là chồng của con gái ta hay trở thành một hoàng tử. Ta sẽ không chấp thuận chuyện này.”

Bị quở trách giữa công chúng, chim công nhận ra rằng nó đã phải mất cô dâu xinh đẹp rồi và cúi đầu nhục nhã. Riêng công chúa Thiên Hương nhận thấy nàng đã may mắn thoát được cuộc hôn nhân này, và đã đề nghị vua cha giúp nàng chọn một người chồng mới. Trong lúc những chú chim trẻ chờ đợi một cách hào hứng và thích thú để biết ai trong số họ sẽ là lựa chọn mới, con chim công nhục nhã đã lén ra đi, tự nhủ rằng nó sẽ không bao giờ có thái độ vênh vác và ngu ngốc nữa.



Người ta thường thích khoe khoang về phẩm cách, khả năng hoặc sự thành công của mình. Người khôn ngoan là người tự tin, nhưng khiêm nhường về những đặc tính tốt nhất cũng như về tài năng của họ.



CÁI LY CŨ DỜ BẮN



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về hai người đàn ông bán hàng cạnh tranh nhau. Họ đẩy xe từ thị trấn này đến thị trấn khác, trao đổi và mua bán các loại hàng hóa, hữu dụng cũng như vô dụng. Một người bán hàng có tính độc ác và xảo quyệt nhưng người kia lại tốt bụng và thật thà. Con có muốn biết chuyện gì đã xảy ra cho họ không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, chúng ta hãy bắt đầu câu chuyện ... Ngày hôm đó, hai người đàn ông cùng đi đến một thị trấn nhỏ để bán những món hàng của họ. “Chào ông Dương,” ông Văn tốt bụng chào một cách lịch sự.

“Ông dự định sẽ đi đâu?” Ông Dương thủ đoạn hỏi một cách nghi ngờ.

“Tôi sẽ đến thị trấn Long Hưng bán hàng của tôi,” ông Văn trả lời.

“Nhưng tôi sẽ bán hàng ở đó,” ông Dương nói, “và tôi không muốn ông cạnh tranh với tôi.”

“Tôi hiểu, đó là điều tốt. Tại sao chúng ta không sắp xếp cho thích hợp với nhau?” Ông Văn nói.







“Ồ, được thôi,” ông Dương miễn cưỡng đồng ý, “vậy khi tôi bán hàng của tôi ở phía bắc của thị trấn...” Ông Văn chen vào, “... tôi sẽ bán

hàng của tôi ở phía nam để chúng ta không phải cạnh tranh với nhau.” “Rồi chúng ta sẽ đổi chỗ,” cả hai ông cùng nói.

Phân chia chỗ buôn bán xong, hai người đẩy xe hàng của họ đi đến những vùng khác nhau của thị trấn.

Ông Dương thử đoạn ngừng lại phía trước ngôi nhà đầu tiên ở phía bắc của thị trấn. Ông gõ cửa thật mạnh, ra mở cửa là một bà lão hiền hậu và một cô gái nhỏ tươi cười tên Yến Lan. Thấy cô bé, ông nhanh tay lấy mấy chiếc vòng đeo tay bằng nhựa lấp lánh trong túi ra và lắc lắc chúng dưới ánh sáng làm cho chúng trở nên hấp dẫn hơn. “Bà có muốn mua một chiếc vòng xinh đẹp cho mình không, bà lão đáng yêu ơi, hay cho cô bé dễ thương này?” Ông nói với giọng xu nịnh nhất.

Yến Lan hào hứng: “Bà ơi, xin bà mua cho con chiếc vòng màu hồng được không? Nó đẹp quá!” Bà lão vuốt ve tóc cháu và nói: “Cháu cưng ơi, con biết mà, bà rất muốn mua chiếc vòng cho con nếu bà có thể. Nhưng bà xin lỗi, chúng ta cần tất cả số tiền đang có để mua thức ăn.” Quay lại phía người bán hàng, bà nói: “Xin lỗi ông, chúng tôi nghèo nên không có khả năng mua những món hàng xa xỉ như thế!”





“Nhưng chúng ta có thể trao đổi không?” Yến Lan hỏi. Cô bé chạy vào trong nhà và trở ra với một cái ly cũ, dơ bẩn trên tay, chiếc ly mà cô bé nhặt được trong lúc đi chơi mấy hôm trước.

“Ông làm ơn đổi cho cháu chiếc vòng để thương kia để lấy cái ly cũ này, được không?” Cô bé nài nỉ.

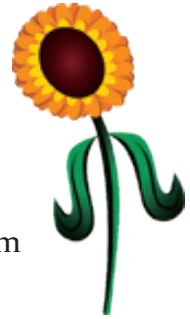
Ông Dương cầm cái ly lên. Thấy có vẻ nặng, ông chăm chú nhìn gần hơn và dùng móng tay cào vào vết bẩn trên ly. Ông có thể thấy ánh kim loại lấp lánh bên dưới – cái ly được làm bằng vàng!

Cố kìm nén sự thích thú và lòng tham lam, ông đưa cái ly lại cho cô bé, nói với giọng điệu chê bai: “Cái ly cũ này không có giá trị gì cả. Không ai chịu mua nó đâu, tôi e rằng cháu không thể có được chiếc vòng.”

“Ồ ồ ...” Yến Lan thở dài buồn bã, chạy đến bà để được bà ôm vỗ về, an ủi.

Người đàn ông bán hàng thủ đoạn tiếp tục đi bán, vừa đi vừa suy nghĩ: “Lát nữa ta sẽ trở lại và nói mình đã đổi ý về việc trao đổi. Như vậy họ sẽ nghĩ là họ có lợi lớn! Thật là may mắn, họ đã không nhận ra cái ly đó được làm bằng vàng, mình sẽ trở nên giàu có!” Ông cười thầm một mình và tính toán việc ông sẽ tiêu dùng tất cả số tiền có thể kiếm được như thế nào khi ông bán cái ly bằng vàng.

Khi đó, ông Văn tốt bụng đã kết thúc chuyến bán hàng ở phía nam và bây giờ ông trở lên phía bắc của thị trấn. Ông cũng đến ngôi nhà đó và gõ cửa.

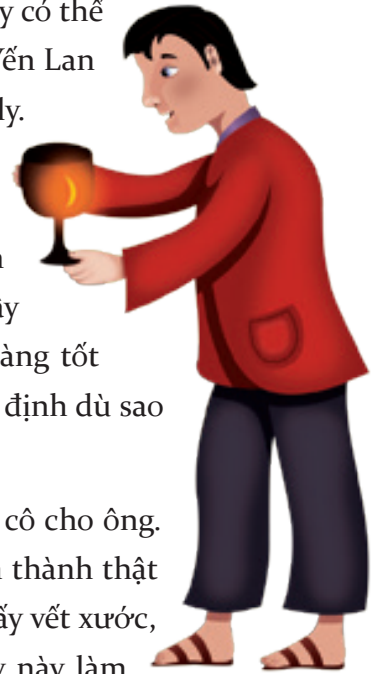


“Chào bà và cô bé xinh đẹp!” Ông chào một cách vui vẻ. “Xin lỗi ông,” bà lão ngắt lời, “chúng tôi nghèo và không thể mua bất cứ món hàng nào. Dù sao cũng cảm ơn ông.”

“Nhưng bà ơi, biết đâu ông bán hàng tử tế này có thể trao đổi vài món đồ nào đó với cái ly của cháu?” Yến Lan la lên, và sau đó bỏ chạy vào trong nhà để lấy cái ly. Bà lão nói nhỏ với người bán hàng: “Thưa ông, hôm nay chúng tôi mới biết được là cái ly này không có giá trị – vì vậy xin ông làm ơn đừng làm cho cháu hy vọng. Tốt nhất, ông nên rời khỏi đây trước khi nó quay trở lại.” Nhưng người bán hàng tốt bụng cảm thấy tội nghiệp cô bé, vì thế ông quyết định dù sao cũng tặng cô bé một món quà nhỏ.

Yến Lan lúc này vừa trở lại và đưa cái ly của cô cho ông. Người bán hàng này không chỉ tốt bụng mà còn thành thật nữa. Ngay khi cầm chiếc ly cũ dơ bẩn và nhìn thấy vết xước, ông la lên: “Trời ơi! Cô bé may mắn quá! Cái ly này làm bằng vàng ròng. Nó có giá trị hơn tất cả hàng hóa trên xe hàng của tôi. Tôi sẽ giao toàn bộ xe hàng và tất cả tiền mà tôi kiếm được hôm nay để đổi lấy nó.”

Hai bà cháu nhìn nhau hết sức ngạc nhiên – họ quá vui sướng với đề nghị tuyệt diệu này của ông bán hàng và vui vẻ đồng ý. Sau đó, ông Văn tử tế trao cho hai bà cháu tất cả hàng hóa của ông và số tiền bán hàng cả ngày hôm đó để đổi lấy cái ly. Cô bé Yến Lan đã đeo đầy vòng trên hai cánh tay, trong khi đó bà của cô bé đi chợ



mua những thức ăn và bánh trái ngon nhất để cả nhà ăn mừng bữa cơm tối.

Một lát sau đó, ông Dương thủ đoạn trở lại ngôi nhà của hai bà cháu. Khi bà lão mở cửa, ông ta xảo quyệt nói: “Tôi đã đổi ý, tôi sẽ đổi chiếc vòng màu hồng để lấy cái ly cũ và dơ bẩn kia. Nói thật, đây là do lòng tốt của tôi thôi.”



Yến Lan tươi cười giải thích một cách vui vẻ là đã quá trễ, họ đã bán nó cho một bác bán hàng tốt bụng và được rất nhiều tiền bởi cái ly kia được làm bằng vàng. Ông Dương giận run người. Ông không cảm thấy có lỗi trong việc đã âm mưu lừa gạt cô gái nhỏ – ông ta chỉ giận dữ vì mình không có được số tiền lớn. Ông bỏ chiếc xe hàng ở đó và chạy xuống đường hét to: “Ông đang ở đâu hả ông Văn? Tôi là người thấy cái ly đầu tiên mà! Nó là của tôi!”

Nhưng ông Văn đã đi quá xa rồi. Ông ta đã bán chiếc ly bằng vàng, chia sẻ số tiền đó với gia đình ông và những gia đình nghèo khác trong làng.



Khi nói dối, chúng ta gây đau khổ cho mình và những người khác; trong khi đó, với lời nói chân thật, chúng ta sẽ làm cho thế giới hạnh phúc và tốt đẹp hơn. Người khôn ngoan biết rằng sự thành thật luôn luôn là cách xử sự tốt nhất.





CON NGỔNG VÀNG



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một cô gái nhỏ tên Hồng Sa sống trên một chiếc nhà ghe cũ, ọp ẹp với bà bác già khó tính. Một ngày kia, khi cô bé ra ngoài chơi, có một chuyện lạ lùng đã xảy ra. Con có muốn biết chuyện đó là gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Nào, bây giờ chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Trời đã mưa liên tục mấy ngày và bé Hồng Sa chán ngấy chuyện ngồi giam chân trong nhà ghe. Thế nên, khi trời tạnh mưa, cô bé xin phép bác đi ra ngoài chơi.

“Ừ, nhưng đừng đi xa quá, bữa ăn tối của con cũng sắp xong rồi,” bác cô bé vừa trả lời vừa khuấy một nồi lớn trên bếp.

Bé Hồng Sa mang đôi giày ống màu đỏ và mặc áo mưa đi ra ngoài chơi. Cô bé chạy nhảy tung tăng dọc theo bờ sông và dẫm chân lạch bạch trong những vũng nước bùn.

Bất thành linh, cô bé nghe một tiếng kêu to như còi xe. Tiếng kêu có vẻ như đến từ bụi cỏ tranh cao mọc ven bờ sông. Nhưng cô bé hết sức ngạc nhiên khi thấy một con ngỗng xinh đẹp màu vàng ở đó. Nó đang



vỗ vỗ đôi cánh và có vẻ như rất sợ hãi vì bị vướng vào một tấm lưới cá cũ kỹ. Khi ngỗng thấy cô bé tiến lại gần, nó nằm yên và im lặng.

“Ngỗng ơi, tội nghiệp quá! Đừng sợ, ta không làm hại ngỗng đâu,” bé Hồng Sa nói với nó một cách dịu dàng. Cô bé đi rón rén, chậm chậm về phía con ngỗng để không làm cho nó hoảng sợ thêm nữa. Cô bé vuốt ve cổ con ngỗng và nhẹ nhàng gỡ ngỗng ra khỏi tấm lưới. Được tự do, ngỗng xòe đôi cánh màu vàng đẹp đẽ rộng ra, vỗ vỗ cánh để bày tỏ lòng biết ơn và thở phào nhẹ nhõm.



“Ồ, cảm ơn bạn nhiều lắm! Làm thế nào tôi có thể đền ơn bạn đã cứu tôi?” Ngỗng cảm kích nói khi nhảy loanh quanh trong niềm vui. Bé Hồng Sa cười lớn và vỗ tay.

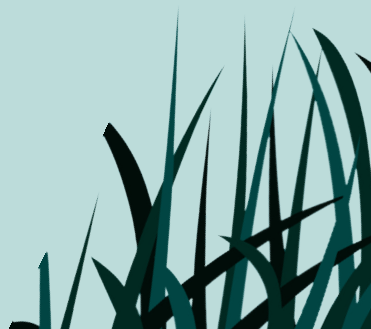
“Tôi muốn đền ơn bạn đã giúp tôi, nhưng không biết tôi có thể cho bạn cái gì?” Ngỗng hỏi.

“Bạn có bộ lông đẹp quá,” bé Hồng Sa nói. “Bạn có thể cho tôi một chiếc lông được không?”

“Ý kiến rất hay!” Ngỗng trả lời. Nó giật một chiếc lông lấp lánh ở bụng nó ra và tặng cô bé. “Nếu bán chiếc lông này, bạn sẽ có nhiều tiền vàng,” nó tiếp tục.

Bé Hồng Sa giờ cao chiếc lông trong tay và thấy nó lung linh trong ánh sáng. “Cảm ơn bạn nhiều lắm,” cô bé nói, mỉm cười với con ngỗng. Sau đó, con ngỗng xòe đôi cánh và bay vù đi.

Bé Hồng Sa chạy vội về nhà. “Bác ơi! Bác ơi!” Cô bé gọi to khi vừa đến nhà ghe, cô hy vọng rằng chiếc lông ngỗng sẽ làm cho bác



cô vui bởi bác ấy dạo này hình như có vẻ khó tính và không được vui vẻ.

“Chuyện gì đó? Sao con ồn ào quá vậy?” Bác của Hồng Sa căn nhắc. “Nãy giờ con đi đâu vậy hả? Bữa cơm tối của con đã sắp nguội rồi!”



Bé Hồng Sa chạy vội xuống bếp. Với tâm trạng thích thú, cô bé kể cho bác nghe chuyện con ngỗng vàng. “Bác coi, đây là phần thưởng ngỗng tặng cho cháu đó!” Cô bé hãnh diện, giơ cao chiếc lông ngỗng vàng.

Bé Hồng Sa nghĩ bác của cô sẽ rất hài lòng, nhưng ngược lại, bác có vẻ giận dữ. “Con thiệt là khờ!” Bà gắt gỏng. “Con chỉ lấy một chiếc lông thôi sao? Tại sao con không xin nhiều hơn? Chúng ta sẽ giàu to và không bao giờ phải lo lắng về chuyện tiền bạc nữa.”

“Con xin lỗi bác,” cô bé nói và bắt đầu khóc. “Nếu bác muốn thì con sẽ cố gắng tìm ngỗng và xin nó nhiều hơn. Nếu con xin ngỗng một cách lịch sự, con nghĩ ngỗng sẽ cho con một chiếc lông nữa.”

“Ừ! Đi nhanh lên và nhớ xin càng nhiều càng tốt. Chạy nhanh lên, nếu không con ngỗng sẽ đi mất,” bác cô hối thúc. Và khi cô bé chạy đi tìm ngỗng thì bác cô cũng bí mật theo sau.

Bé Hồng Sa chạy trở lại con đường dọc theo bờ sông cho đến khi cô bé nhìn thấy con ngỗng đang bơi thảnh thơi trên dòng sông. “Ngỗng vàng xinh đẹp yêu quý ơi, làm ơn trở lại đây! Tôi cần sự giúp đỡ của bạn!” Nhanh như chớp, ngỗng bay về phía cô bé.





Nhưng, ngay lúc con ngỗng hạ cánh, bác của Hồng Sa bất ngờ xuất hiện, làm như bà đã chờ sẵn ở đó, và bắt con ngỗng bằng một cái lưới. “Bắt được mày rồi!” Bà ấy reo lên một cách đắc thắng. “Trời ơi! Bác đang làm gì vậy?” Bé Hồng Sa khóc lóc. “Xin bác đừng làm tổn thương ngỗng!”

“Bác bắt nó để chúng ta có thể nhổ tất cả những chiếc lông vàng của nó,” bác cô bé đáp lại. Bà ấy kẹp chặt con ngỗng tội nghiệp dưới cánh tay, lờ đi sự phản đối của bé Hồng Sa, và bà vội vã chạy trở lại chiếc nhà ghe. Về đến nhà, bà đem con ngỗng vào bếp và nhanh tay nhổ hết bộ lông của nó. Lúc cô bé đáng thương chạy về đến nhà, con ngỗng tội nghiệp đã hoàn toàn trụi lông. Bác của cô sung sướng mỉm cười nhìn một đồng lớn lông ngỗng vàng trên bàn.

Bé Hồng Sa ôm con ngỗng lên trên tay mà nước mắt chảy dài trên má. “Tôi thành thật xin lỗi!” Cô bé thì thầm, vuốt ve cổ con ngỗng một cách trìu mến.

“Hồng Sa, bác muốn con chăm sóc con ngỗng này thật tốt nhé!” Bà bác ra lệnh. “Rồi khi lông của nó mọc lại chúng ta sẽ nhổ nữa. Chúng ta sẽ không bao giờ phải lo lắng về tiền bạc!” Nói xong, bà xoa tay một cách mãn nguyện.

Kể từ hôm đó, bé Hồng Sa tận tình chăm sóc con ngỗng và luôn giữ nó cách xa bác của cô. Dần dần, con ngỗng đã hồi phục sau lần

trải nghiệm đau thương đó, và mấy tuần lễ sau bộ lông của ngỗng cũng mọc trở lại.

Một ngày nọ, bác của cô bé quyết định đã đến lúc nhổ những chiếc lông ngỗng lần nữa. Bà kêu cháu gái đưa con ngỗng cho bà, và cảm thấy hứng khởi khi nghĩ đến số vàng mà bà sắp có. Nhưng khi nhìn thấy con ngỗng bà bỗng nổi điên – lông ngỗng không còn màu vàng óng ánh nữa mà chỉ là màu trắng mượt.

“Một khi bộ lông màu vàng đã bị nhổ đi hết, chúng sẽ tự nhiên mọc lại lông màu trắng,” con ngỗng giải thích. “Vì vậy bà không thể dùng tôi để làm giàu thêm được nữa.” Nói xong, nó bay thẳng ra ngoài cửa sổ, cất lên tiếng kêu để tạm biệt cô bé. Cô cảm thấy thật vui khi con ngỗng đã được tự do. Cô bé Hồng Sa tiếp tục nhìn theo nó cho đến khi nó mất hút giữa những đám mây trắng mịn bồng bênh trên bầu trời cao.



Khi tham lam, chúng ta sẽ không có hạnh phúc bởi chúng ta không bao giờ cảm thấy đầy đủ. Người khôn ngoan hiểu rõ giá trị của tất cả những gì họ có và trân quý bất cứ thứ gì họ nhận được.



CON NAI ĐỤC TỬ TỂ VÀ KHÔN NGOAN

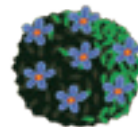
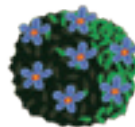
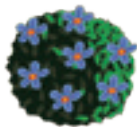
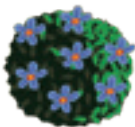
Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một con nai đực thật đẹp có tên là Tino. Nai Tino sống ở giữa một khu rừng rộng lớn có nhiều cây cao khổng lồ, với nhiều con vật bạn bè của nó... cho đến một ngày nọ, mọi thứ thay đổi hoàn toàn. Con có muốn biết điều gì đã xảy ra hay không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, chúng ta bắt đầu câu chuyện... Tino không phải là một con nai đực bình thường – nó là con vật khôn ngoan nhất trong khu rừng. Và vẻ ngoài của nó cũng rất đặc biệt, bởi nó có một viên ngọc màu tím tuyệt đẹp ở trán và đôi sừng nai lông lánh cũng màu tím.



Khi nai thức dậy một buổi sáng, cả khu rừng đắm ướt nước và những giọt mưa phản chiếu ánh sáng trông như những hạt kim cương lông lánh trên các ngọn cỏ. Suốt đêm qua trời bão lớn và mưa, những đám mây đen đã dạt ra xa đến tận chân trời khi ông mặt trời đang mỉm cười trên bầu trời cao. Như thường lệ, sáng sớm Tino đi xuống dòng





sông uống nước. Nhưng cơn bão hôm qua đã làm cho dòng nước giận dữ nên nước sông dâng cao và chảy xiết hơn bình thường.

Khi đứng nhìn dòng sông cuộn cuộn chảy, Tino nghe văng vẳng tiếng kêu: “Cứu tôi! Cứu tôi! Làm ơn cứu tôi!” Bất thình lình, nó nhìn thấy một người đàn ông đang trôi lênh bênh ở khúc quanh của dòng sông. Người này đang quơ tay vẫy vùng một cách hốt hoảng, nhiều lần ông ta bị nhấn chìm dưới dòng nước chảy, và rồi lại ngoi lên lấp bấp kêu cứu.

Con nai đực khôn ngoan suy nghĩ thật nhanh và nói lớn với người đàn ông: “Ông ơi! Hãy nhìn lên trên đầu! Chộp lấy những nhánh cây bên trên ông!”

Người đàn ông vươn tay ra, chộp được một nhánh cây và giữ chặt lấy nó. Tino lội xuống nước và nói với người đàn ông: “Bám lấy cổ tôi đi.” Người đàn ông, khi nhìn thấy một con nai với đôi sừng óng ánh sắc tím và viên ngọc tím trên trán, đã sững sờ đến nỗi buông tay khỏi nhánh cây. Nhưng may mắn thay! Ông đã bám được vào Tino và nó kéo ông ta ra khỏi dòng nước, lôi ông lên bờ an toàn.

Người đàn ông được cứu, tên Lâm, đã bị thấm lạnh và kiệt sức, nhưng vô cùng biết ơn con nai tốt bụng và

khôn ngoan. Ông ta cảm ơn con nai nhiều lần và hỏi nó xem ông ta có thể làm gì để đền đáp công ơn đó. “Tôi chỉ yêu cầu ông một điều duy nhất,” Tino trả lời. “Ông chỉ cần hứa là sẽ không bao giờ kể cho bất cứ ai về tôi hoặc chỉ nơi tôi sinh sống, bởi nhiều người ác độc và tham lam sẽ cố gắng săn bắt tôi chỉ vì họ muốn lấy viên ngọc tím của tôi.”



Đầy cảm kích, Lâm đã đặt tay lên trái tim và hứa sẽ không bao giờ kể cho bất cứ ai câu chuyện đã gặp nai hoặc chỉ chỗ nai sống. Sau đó, Tino dẫn người này đến con đường ra khỏi khu rừng.

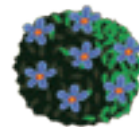
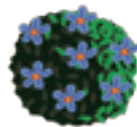
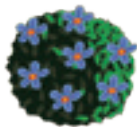
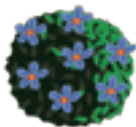
Nhiều năm trôi qua, một ngày nọ, bà hoàng hậu của vương quốc rất xa khu rừng nai ở, nghe tin đồn về một con nai khôn ngoan thật đẹp với đôi sừng nai lóng lánh sắc tím và một viên ngọc màu tím lộng lẫy trên trán. Tò mò, bà ao ước được nhìn tận mắt con vật tuyệt vời này và đã yêu cầu chồng bà, nhà vua, tìm kiếm nó cho bà.

Nhà vua là một người hiền từ và thích làm hài lòng vợ, vì vậy ông đã đưa ra một giải thưởng lớn cho người nào có thể giúp ông bắt được con nai đặc biệt này.



Khi ông Lâm nghe tin này, ông đã không dẫn được lòng tham và quên tất cả những lời đã hứa với Tino. Ông đến gặp nhà vua và dắt nhà vua cùng đoàn tùy tùng đi đến khu rừng Tino ở, nơi đây họ phục binh chờ đợi và chẳng bao lâu sau đã bắt được con nai.

Nhà vua vui mừng khôn xiết khi bắt được con vật đáng yêu và ra lệnh quân lính chăm sóc nai thật tốt. Họ cột con nai phía sau một cỗ xe, cho nó ăn cỏ tươi ngon, và chính nhà vua cũng đích thân ra



lệnh rằng không ai được làm hại nó. Nhưng khi nhà vua đến gặp Tino, ngài thấy nó khóc. “Nai ơi, có chuyện gì thế?”, ngài dịu dàng hỏi, “quân lính của ta có làm đau nhà ngươi không?”



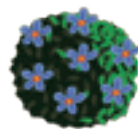
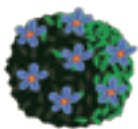
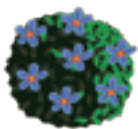
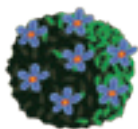
Một giọt nước mắt lăn xuống má Tino. “Thưa không, họ đối xử rất tốt với tôi, cảm ơn ngài. Nhưng tôi cảm thấy buồn, bởi tôi nghĩ có thể có người đã phản bội tôi. Tôi đã rất cẩn thận để tránh xa loài người. Làm sao ngài lại kiếm được tôi?” Tino hỏi một cách nhẹ nhàng.

Nhà vua quá kinh ngạc khi nhìn Tino khóc ròng đến nỗi ngài chỉ tay về phía Lâm, kẻ đang cố lách mắt gần đó. Người này đang cau mày và mắt nhìn xuống đất. Ngài hỏi Tino: “Ngươi có biết người đó không?”

Tino kể lại cho nhà vua nghe chuyện nó đã cứu mạng của ông Lâm cách đây mấy năm và ông ta đã hứa với nó là sẽ không bao giờ kể lại cho bất kỳ ai về nó hoặc đề cập đến chỗ ở của nó.

Khi nhà vua, một người trung trực và công bằng, nghe chuyện Tino bị bắt chỉ vì ông Lâm không giữ lời hứa, nhà vua đã giận đỏ mặt và ra lệnh bắt giam ông ta để dạy cho ông ta một bài học.

Nhưng con nai, với lòng từ bi, đã xin nhà vua tha tội và trả tự do cho ông Lâm. Nhà vua quá cảm kích tấm lòng tử tế và khôn ngoan của Tino nên ngài đã chấp thuận.



Nhà vua ra lệnh thả Tino và mời nó đến gặp hoàng hậu, người đã háo hức muốn gặp nó sau khi được nghe kể lại toàn bộ câu chuyện. Tino đồng ý và họ cùng nhau trở về cung điện.

Hoàng hậu và Tino nhanh chóng trở thành đôi bạn tâm giao – bà cho nó ăn những chùm nho ngọt mà nó thích nhất và nó rất cảm kích sự tử tế hiền dịu của bà. Cuối cùng thì Tino cũng cảm thấy được an toàn, không còn lo bị săn bắt bởi vì viên ngọc tím trên trán và đôi sừng nai quý giá của nó nữa.

Chẳng bao lâu sau, Tino trở thành vị cố vấn đáng tin cậy nhất của nhà vua. Nó giúp ngài trị vì vương quốc một cách công bằng và khôn ngoan bằng cách giữ lời hứa với dân chúng và không để cho lòng tham ảnh hưởng đến ngài.



Bằng cách giữ lời hứa, cư xử tử tế và độ lượng, chúng ta sẽ làm thế giới trở nên tốt đẹp hơn cho tất cả mọi người. Người khôn ngoan biểu lộ lòng từ bi đến người khác ngay cả khi những người này đã làm tổn thương họ.



CON KHỈ TINH NGHỊCH



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một con khỉ tinh nghịch, thích chọc phá một con trâu già. Cứ thế, cho đến một ngày kia, nó nhận được một bài học vô cùng quý giá. Con có muốn biết bài học đó là gì không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Nào, chúng ta bắt đầu câu chuyện... Con khỉ nhỏ ngộ nghĩnh và lão trâu tốt bụng sống trong khu rừng già, cạnh một đồng cỏ bao la. Mỗi ngày, khi mặt trời lên thật cao trên bầu trời quang đãng và không khí trở nên quá oi bức, lão trâu lang thang đến mép rừng và nằm nghỉ trong bóng mát dưới gốc cây. Tại đó, nó nằm ngủ say cho đến xế chiều. Và rồi, khi trời bớt nóng, nó đi ra đồng gặm cỏ với bầy trâu của nó.

Con khỉ nhỏ tinh nghịch sinh sống trên mấy cành cao của một cái cây lớn. Mỗi ngày, khi những con khỉ khác ngồi chải chuốt cho nhau và tán gẫu thì nó thích đợi lão trâu đến ngủ trưa ở bên dưới.



“Hi hi! Tớ nghĩ tớ sẽ bày nhiều trò vui,” con khỉ nhỏ tinh nghịch vừa nói một cách thích thú vừa vỗ vỗ hai bàn tay nhỏ xíu của nó.



Một ngày nọ, chú khỉ nhỏ đợi cho đến khi nó chắc chắn rằng lão trâu đã ngủ say. Nó đu xuống, đeo vào một nhánh cây bên trên đầu của lão trâu bằng cái đuôi và kêu thét lên: “Húuuuuu!”

Lão trâu đáng thương giật mình hoảng sợ. Lão nhảy dựng lên và nhìn quanh quẩn nhưng không thấy ai.

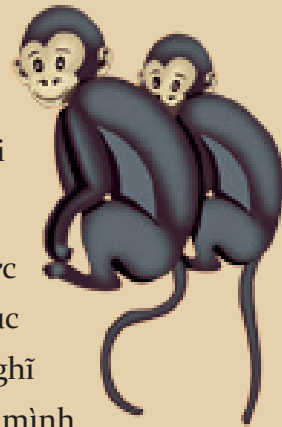
“Cái gì vậy?” Lão trâu càu nhàu.

“Hi, hi, hi ... lão bị mắc lừa rồi!” Con khỉ nhỏ cười chế nhạo đồng thời ném lá cây và hột quả xuống đầu lão trâu. Rồi, nó leo vụt lên cây cao, há miệng cười ngất vì khoái chí.

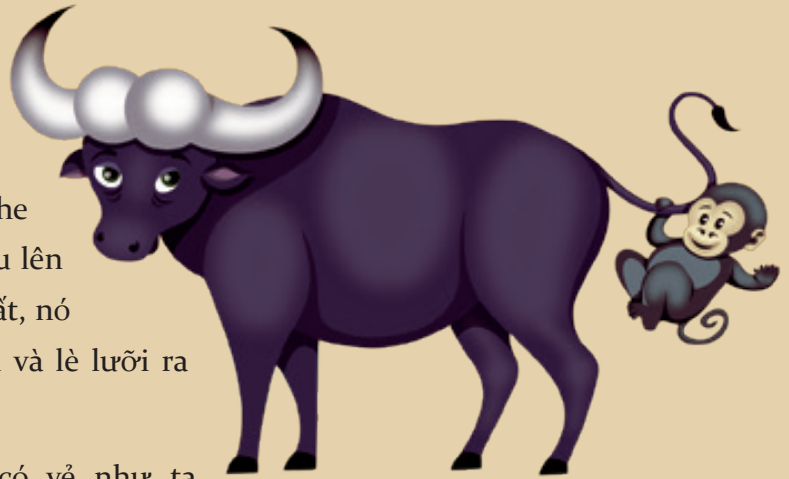
Lão trâu thở dài ngao ngán, lắc đầu và bỏ đi chỗ khác. “Con khỉ nhỏ này ngày càng trở nên nghịch ngợm quá,” lão nghĩ thầm và đi tìm một nơi yên tĩnh hơn.

Chẳng bao lâu, lão trâu đã tìm cho mình được một bóng cây lý tưởng khác và nằm xuống tiếp tục giấc ngủ trưa. “Chỗ này thật tuyệt vời!” Lão trâu nghĩ thầm trước khi rơi vào giấc ngủ, không biết rằng mình đã bị theo dõi bởi “người bạn” nhỏ phá phách.

Con khỉ nhỏ đã đu mình qua những ngọn cây và một lần nữa ngồi trên những nhánh cây ngay trên đầu lão trâu, lắng nghe một cách chăm chú. Vừa nghe lão trâu bắt đầu ngáy, con khỉ nhỏ im lặng rón rén leo xuống, đi qua đám cỏ, đến gần và nắm đuôi lão trâu kéo mạnh. “Ối! Ối! Ối!” Lão trâu giật mình kêu lớn. Lão trâu đứng dậy vừa định bỏ đi thì nghe tiếng cười.



“Hi, hi, hi ... lão bị mắc lừa nữa rồi!” Con khỉ nhỏ tinh nghịch nhe răng cười trong khi đu lên cây. Trước khi biến mất, nó còn quay đầu nhìn lại và lè lưỡi ra giễu cợt lão trâu.



“Ồ, chán thật ... có vẻ như ta không thể nghỉ ngơi chút nào hôm nay,” lão trâu mệt mỏi than vãn.

“Ông là một con trâu khỏe mạnh và có đôi sừng nhọn, sao lại để một con khỉ nhỏ tinh nghịch quấy rầy ông hoài vậy?” Một giọng nói chít chít nhỏ nhẹ hỏi.

“Cái gì vậy? Ai nói đó? A, ta đã quá mệt đến nỗi nghe lũng bùng trong lỗ tai!” Lão trâu nhìn quanh rồi nói trống không.

“Đây, ở đây nè!” Một giọng nói cất lên.

Nhìn quanh một lần nữa, lão trâu nhìn thấy kẻ đã hỏi mình – một con ốc sên nhỏ, với cái vỏ ốc màu nâu sáng lung linh, đang ngồi trên một tảng đá gần gốc cây cười tươi.

“Ồ! Xin lỗi chú ốc, tôi đã không thấy chú ở đó,” lão trâu nói.

“Được thôi, không có gì đâu!”, ốc nhỏ nhẹ đáp lại, “tôi nhỏ bé nên khó thấy. Nhưng ông to lớn và khỏe mạnh, sao ông lại để con khỉ nhỏ phá phách ông hoài như thế?”



“Tôi không thích làm phiền hay làm hại bất cứ ai,” lão trâu trả lời, “ngay cả khi con khỉ nhỏ



phá phách không tôn trọng tôi chút nào.”

Lão trâu tử tế cúi đầu chào ốc sên và nói:

“Cám ơn sự quan tâm của chú ốc, nhưng xin đừng lo lắng cho tôi!” Nói xong, lão trâu quay mình lang thang trở lại đồng cỏ và tìm bầy trâu của nó.

Xế chiều hôm đó, một con trâu rừng đơn độc đi đến bờ rừng. Con trâu này rất cọc cằn và vì thế mà những con trâu khác thường lảng tránh nó. Nó đã đi nhiều giờ và cảm thấy rất mệt, vì thế, nó nằm xuống nghỉ ngơi dưới một gốc cây rồi chìm vào giấc ngủ.

Con khỉ nhỏ tinh nghịch vừa ăn xong một quả chuối thật lớn và khi nhìn xuống từ nhánh cây cao, nó thấy một con trâu đang ngủ bên dưới.



“Ồ! Lão trâu trở lại phải không? Bây giờ mình chọn phá lão thêm nữa!” Con khỉ tinh nghịch hớn hờ cười thầm một mình, không nhận ra rằng đây là một con trâu khác.

Vì vậy, nó đã đu xuống từ nhánh cây này đến nhánh cây khác, nhảy lộn nhào trong không khí và rơi ngay lên trên lưng của con trâu đang ngủ. Con trâu rừng rống to và nhảy dựng lên. “Mày nghĩ mày đang làm gì vậy?” Nó gầm gừ và ném con khỉ nhỏ xuống đất với tất cả sức mạnh của mình.

“Úi da! ... Đau quá!” Con khỉ nhỏ la lớn khi bị rơi xuống đất kêu cái bịch. Hoảng hồn, nó nhận ra rằng đây là một con



trâu khác. Và bây giờ nó biết nó đang gặp phải rắc rối lớn vì con trâu giận dữ sắp sửa húc nó. Con khỉ nhỏ cứng đờ người vì sợ hãi.

Bất thành linh, lão trâu tốt bụng xuất hiện ngăn cản con trâu rừng hung dữ và kéo con khỉ nhỏ đến nơi an toàn. Con trâu rừng giậm mạnh chân, thở phì và bỏ đi một cách bực bội.

“Ồ! Cám ơn lão trâu,” khỉ nhỏ khóc và hết sức biết ơn lão trâu tốt bụng, “tôi đã đối xử với ông không tốt, sao ông lại mất công cứu tôi?”

“Không có gì đâu!”, lão trâu khôn ngoan khiêm tốn trả lời, “ta cố gắng đối xử với mọi người theo cách mà chính ta muốn được đối xử.” Nói xong, lão lăn ra nằm nghỉ ở mảnh đất có bóng cây mát mẻ mà lão vừa phát hiện.



Chúng ta thường không suy nghĩ kỹ lưỡng về hành vi của chính mình. Người khôn ngoan cư xử với lòng tôn trọng và cảm thông đối với mọi người. Họ đối xử với mọi người theo cách mà chính họ muốn được đối xử.







QUẢ THẬN TRỌNG




Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một nhóm người lữ hành khi họ đến bên ngoài một ngôi làng vào xế chiều. Họ đã rất mệt mỏi nên quyết định dừng chân tại đó để nghỉ ngơi lấy sức và ngủ qua đêm. Mọi sinh hoạt của họ đã thay đổi một cách bất ngờ khi họ khám phá ra một loại trái cây kỳ lạ. Con có muốn biết điều gì đã xảy ra không nào? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, bây giờ chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Lúc dựng trại để nghỉ ngơi là thời gian bận rộn nhất đối với những khách đường xa. Họ hối hả xúm nhau khiêng những tấm thảm đầy màu sắc ra khỏi đoàn xe và trải ra trên mặt đất. Họ đi nhặt củi và đốt lên một đồng lửa lớn. Chẳng bao lâu sau, tiếng nôi chầu va chạm nhau trên lửa bếp đã vang lên và mùi thức ăn thơm ngon tràn ngập chỗ cắm trại. Khi thức ăn được chuẩn bị xong, mọi người tập trung quanh đồng lửa để ăn bữa tối.



Sau khi ăn xong bữa, cô bé tên Phượng Liên, một trong những đứa bé con của các lữ khách, quay sang mẹ cô và chỉ vào một cây to trĩu nặng những quả màu cam mọng nước.





“Mẹ ơi,” cô bé nói. “Con vẫn còn hơi đói. Xin mẹ cho phép chúng con ăn tráng miệng vài quả của cây kia, được không mẹ? Trông chúng ngon quá!”

Mẹ cô bé nhìn lên cây rồi cau mày. “Ồ! Những quả mọng vàng trông hấp dẫn nhưng mẹ không nhận ra tên của cây hay quả này. Con biết rằng chúng ta không nên ăn bất cứ thứ gì mà mình không biết rõ hay chưa từng ăn – bởi chúng có thể có độc.”

“Nhưng trông chúng giống như những quả xoài to mọng nước!” Phụng Liên nói.

“Hừm, quả trông giống quả xoài lắm, nhưng cây lại không giống cây xoài,” mẹ cô bé đáp. “Mẹ không biết chắc. Con hỏi xem cha con nghĩ sao.”

“Cha ơi, chúng con có thể ăn những quả trên cây kia không? Cha cho phép nghe cha!” Phụng Liên nài nỉ. Hai cha con đi quanh gốc cây và ông hái một quả chín mọng nhất. Người cha ngửi rồi vất nó xuống đất.

“Phụng Liên và các con nghe đây!” Ông tiếp lời. “Cha biết các con muốn ăn những quả màu cam này lắm, nhưng cha không nghĩ nó là quả xoài. Vì thế, chúng ta không nên ăn thử. Như mẹ con đã nói, thực sự chúng ta không biết chúng là quả gì, vì vậy không một ai trong chúng ta nên ăn.”

Nhưng Phụng Liên đã không chịu lắng nghe, cô bé nhặt quả mà cha cô đã vứt trước đó. Cô bé đang chảy nước miếng bởi trông



nó ngon quá. Cô bé đứng xoay lưng lại với mọi người. “Làm sao có hại được nếu mình chỉ cắn một tí xíu thôi?” Cô bé thầm nghĩ. Trước khi người khác có thể để ý, cô bé đã lột vỏ và cắn vào quả trái cây mọng nước. “Mmm, ngon ngọt quá!” Cô bé kêu lên, và cắn thêm một miếng nữa. Vài đứa trẻ khác thấy Phượng Liên ăn cũng bắt chước theo.

“Phượng Liên!” Mẹ cô bé kêu lớn tiếng. “Con đang làm gì vậy?”

Phượng Liên xoay mặt về phía mẹ, nước trái cây đang nhuộm màu môi của cô bé. “Con...con cảm thấy hơi là lạ...,” cô bé bắt đầu nói, nhưng thấy vẻ mặt đầy ngạc nhiên của mẹ, cô bé ngưng lại giữa chừng.

“Con đang chuyển thành màu cam như màu của quả lạ!” Mẹ Phượng Liên la lên.

Phượng Liên nhìn xuống những ngón tay của mình, chúng đang từ từ chuyển sang màu vàng cam tươi, rồi chăm chú nhìn, sưng sò, khi màu vàng cam như màu cà rốt lan xuống đôi chân. Bây giờ, toàn thân cô đã chuyển thành màu cam từ đỉnh đầu đến những ngón chân!

Quanh trại vang lên những tiếng kêu đầy kinh ngạc khi màu da của mấy đứa trẻ cũng lén ăn loại quả kia bắt đầu chuyển sang màu cam. Không ai biết phải làm gì khi từng đứa trẻ da cam từ từ chìm vào giấc ngủ say sưa. Cha mẹ của chúng đã tìm đủ mọi cách để đánh thức chúng nhưng không thành công. Vài người trong đoàn lữ hành đi đến những chòi nhỏ của dân địa phương để xin giúp đỡ, nhưng không ai chịu mở cửa. Thế nên cha mẹ đã lo lắng thức trông chừng các em suốt đêm.





Ngay cả khi chim chóc cất tiếng hót chào mừng rạng đông, và mặt trời đã lên cao trên ngọn đồi gần đó, Phụng Liên và các bạn vẫn say sưa ngủ – toàn thân màu vàng cam.

Trong quá khứ, nhiều đoàn lữ hành đã đến làng này, gần như tất cả mọi người đều ăn những quả trông ngon ngọt của cây này – dân làng gọi tên là quả “Thận Trọng”. Rồi, trong khi những lữ khách ngủ mê man, bọn dân làng tham lam sẽ lén ra lấy cắp tài sản của họ. Nhưng lần này, khi đi đến khu cắm trại, những tên trộm hết sức ngạc nhiên vì tất cả mọi người, ngoại trừ vài đứa trẻ, đều tỉnh táo. Đoàn lữ khách khi gặp dân làng đã yêu cầu được giúp đỡ, nhưng những tên trộm ngạc nhiên đến nỗi chúng chỉ có thể hỏi: “Tại sao tất cả quý vị không ăn quả Thận Trọng, mọi lữ khách đã đi qua đây đều ăn chúng hết mà?”



“Ồ, thứ nhất, chúng tôi không nhận biết ra được những quả này, vì thế chúng tôi nghĩ rằng nó không an toàn để ăn,” cha của Phụng Liên đáp. “Và thứ hai, chúng tôi thắc mắc là tại sao một cây ở ngay cạnh ngôi làng có rất nhiều quả chín mà không ai hái, điều này có vẻ lạ thường?”



“Ông rất khôn ngoan, và sự cẩn thận của ông đã cứu ông,” một trong những tên trộm thú thật. “Thường thường, khách lữ hành sau khi ăn quả này sẽ ngủ mê man, lúc đó chúng tôi sẽ lấy trộm đồ của họ. Chúng tôi biết làm như vậy là sai, nhưng chúng tôi nghèo quá,” tên trộm nói trong hổ thẹn.

“Ồ,” cha của Phụng Liên nói, “chúng ta có thể giao ước một điều được không? Chúng tôi sẽ không kể với bất kỳ ai về chuyện



này nếu ông chỉ cho chúng tôi biết làm thế nào để đánh thức bọn trẻ, cũng như hái tất cả những quả Thận Trọng trên cây, chôn chúng xuống đất và hứa với chúng tôi rằng sẽ không bao giờ lừa người ta theo cách này nữa. Chúng tôi sẽ trở lại để kiểm tra.”

Những tên trộm không muốn ngôi làng của họ mang tiếng xấu nên đã đồng ý. “Những quả này không có hại,” họ cam đoan. “Những đứa trẻ chỉ có một giấc ngủ say sưa, chúng sẽ thức dậy trong vài giờ nữa và cảm thấy hoàn toàn bình thường.” Thật như vậy, không lâu sau đó các bé bắt đầu nhúc nhích, màu da của các bé dần dần trở lại bình thường và tất cả đều bình yên vô sự.

Phượng Liên đã học được một bài học từ trải nghiệm này, đó là hãy luôn luôn cố gắng lắng nghe lời khuyên của người khác và cưỡng lại sự hấp dẫn. Dù vậy, cô bé đã không bao giờ quên mùi vị gây thèm thường của quả Thận Trọng. Thỉnh thoảng cô bé lại ao ước được cắn một miếng quả Thận Trọng thơm ngon lần nữa ... và một ngày kia, cô bé đã làm điều đó ... nhưng chỉ trong một giấc mơ thôi.



Những gì có vẻ quá tốt đẹp có thể sẽ không thực sự tốt đẹp. Người khôn ngoan biết rằng, đối với những gì có vẻ quá quyến rũ, phải luôn luôn thận trọng.







CON SƯ TỬ VÀ CON SÓI RỪNG



Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn này về một con sư tử hùng mạnh sống trên một đồng cỏ mênh mông. Mặc dù sư tử rất tử tế nhưng hầu hết những con vật khác đều sợ hãi nó nên nó không có nhiều bạn. Thế nhưng, một hôm sư tử gặp tai nạn và sau đó mọi thứ đều thay đổi. Con có muốn biết điều gì đã xảy ra không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Nào, chúng ta bắt đầu câu chuyện... Ngày hôm đó, sư tử đi khám phá phía bên kia cánh đồng cỏ. Sau một hồi lâu, sư tử bắt đầu cảm thấy khát và nó đi xuống một cái hồ lớn để uống nước. Sư tử lội xuống nước gần bờ hồ và hớp những ngụm nước mát trong lành. Nhưng khi sư tử cố gắng quay trở lại mép hồ, nó cảm thấy như đang bị lún dần xuống bùn.



Sư tử cố gắng thoát thân, nhưng càng vùng vẫy nó càng bị lún sâu hơn. Sư tử nhìn lên ông mặt trời xin được giúp đỡ, nhưng ông mặt trời đã tạm ngưng chiếu nắng, đang ẩn mình sau những đám mây đen dày đặc.

Sư tử vẫn kẹt dưới bờ hồ khi màn đêm buông xuống, và cô mặt trăng đã leo lên bầu trời đen thẫm. Sư tử cũng gọi



cô mặt trăng xin được giúp đỡ, nhưng cô lại đang quá bận rộn tán chuyện với một ngôi sao đến nỗi không thể nghe tiếng kêu của nó. Sư tử bắt đầu hết hy vọng được cứu thoát.

Ngay lúc đó, một con sói nhỏ đi tới, vừa đi vừa hát nghêu ngao. Bỗng nó nhìn thấy sư tử. “Trời ơi! Sư tử!”, nó la lên. Khiếp đảm, con sói sợ hãi sắp sửa nhảy vào trốn trong mấy bụi cây thấp thì nó nghe tiếng sư tử kêu nó.

“Cứu tôi với! Anh bạn sói rừng làm ơn giúp tôi, tôi hoàn toàn bị lún trong bùn rồi!”

“Ông vua của rừng xanh muốn mình giúp đỡ?” Sói rừng ngạc nhiên suy nghĩ. Quay lại sư tử, nó nói: “Nhưng nếu tôi cứu thoát ông, ông sẽ ăn tôi ngẫu nhiên!”

“Tôi sẽ không làm vậy, tôi hứa! Tôi là một sư tử tôn trọng lời hứa. Xin đừng sợ hãi!” Sư tử cầu khẩn. “Nếu bạn giúp tôi thoát được, tôi sẽ mãi mãi là người bạn tốt!”

Sói rừng là con vật tốt bụng, không thích thấy bất cứ ai bị đau khổ, vì thế, nó đã lấy hết can đảm và tiến về phía sư tử. Nó thở hồng hộc, đào bới, dùng chân móc bùn chung quanh mấy bàn chân to lớn của sư tử. Sư tử cũng cố gắng hết sức kéo từng chân một ra khỏi chỗ lún và cuối cùng thoát ra được khỏi chỗ bùn lầy. Nó bò lên bờ, lúc lắc cái bờm sư tử uy nghi của nó, ngẩng đầu và gầm lên, “Tôi đã được tự do! Tất cả đều nhờ bạn – người bạn tốt của tôi. Bây giờ đã quá trễ và trời tối rồi, chỗ ở của tôi lại xa đây lắm. Bạn có thể giúp tôi thêm lần nữa bằng cách cho tôi ở nhờ nhà bạn tối nay không?”, sư tử hỏi.



“Ồ... được... thôi!” Sói rừng giật mình đáp lại một cách miễn cưỡng. “Dĩ nhiên, tôi hứa với bạn là tôi sẽ không bao giờ xâm hại bạn hay gia đình bạn,” sư tử ngắt lời, khi thấy người bạn mới lo lắng.



“Ồ! Nếu ông đã hứa ... thì được ... vâng, hoan nghênh ông đến nhà tôi, nhưng nhà của tôi nhỏ và giản dị lắm,” sói rừng đáp lời, nó đã quyết định rằng nó có thể tin tưởng sư tử.

Họ cùng nhau lên đường đi đến nhà của sói rừng. Vợ sói rừng hoảng hốt khi nhìn thấy sư tử, và những chú sói rừng con sợ hãi luynes quynh chạy núp sau lưng mẹ.



“Cả nhà đừng lo sợ! Sư tử là bạn của ta,” sói rừng nói một cách tự hào và giải thích chuyện nó đã cứu sư tử ra khỏi đám bùn lầy như thế nào. Tuy vậy, vợ sói rừng vẫn còn có vẻ ngờ vực.

Nhưng lúc đó sư tử nói: “Hôm nay bạn đã cứu mạng tôi. Là chúa tể của rừng xanh, tôi muốn đền đáp tấm lòng tốt của bạn bằng cách sẽ chăm sóc gia đình bạn từ bây giờ trở đi. Tôi xin mời gia đình bạn về sống với chúng tôi tại hang chúa sư tử tráng lệ của gia đình tôi.”

Sau một hồi thảo luận, gia đình sói rừng đồng ý. Vì vậy, sáng hôm sau tất cả khởi hành đến hang của sư tử. Hai gia đình sống vui vẻ, hòa thuận cùng nhau, và ngày qua ngày, sư tử và sói rừng trở thành đôi bạn rất thân.

Tuy nhiên, con sư tử cái dần dần bắt đầu cảm thấy khó chịu về tình bạn của họ. Bà sợ rằng chồng bà yêu thương gia đình sói rừng hơn gia đình của mình. Bắt đầu chỉ là một lo sợ nhỏ, nhưng bà càng nghĩ đến





nỗi lo này thì lòng ghen tị càng nở lớn trong tâm hồn, cho đến khi lòng ghen tị đó hoàn toàn chiếm hết mọi suy nghĩ của bà. Rồi một ngày, sư tử cái quyết định rằng gia đình sói rừng phải ra đi.

Từ đó trở đi, bất cứ khi nào sư tử cái ở nhà một mình với bà sói rừng, bà ấy cũng tìm mọi cách moi móc những lỗi lầm, cho dù nhỏ nhặt, của bà sói rừng ra, hoặc chỉ trích những chú sói con.

Mới đầu, bà sói rừng lờ đi cách đối xử thiếu tử tế của sư tử cái, nhưng rốt cuộc, sau một ngày đặc biệt bực mình, bà sói rừng đã nói với chồng: “Em sợ rằng gia đình chúng ta không còn được vui vẻ đón nhận ở đây nữa. Bà sư tử đã phàn nàn về tất cả những gì em làm. Chắc họ muốn chúng ta rời khỏi nơi đây.”

Sói rừng không tin sư tử đã không giữ lời hứa, vì vậy nó đã đi đến chỗ sư tử và hỏi thẳng: “Ông bạn của tôi ơi, có lẽ chúng tôi đã ở đây quá lâu – vợ của ông bạn có vẻ như không còn muốn chúng tôi ở lại. Ông bạn có muốn chúng tôi rời khỏi đây không?”

Ngạc nhiên, sư tử hỏi vợ: “Em yêu! Điều đó có đúng không? Em muốn những người bạn của chúng ta ra đi phải không?”

Bà sư tử nhìn chồng một cách buồn bã và trả lời: “Em xin lỗi, nhưng thời gian gần đây hình như anh đặt gia đình sói rừng trước gia đình riêng của chúng ta. Anh có vẻ không quan tâm nhiều về gia đình chúng ta nữa?”

“Vợ yêu!” Sư tử đáp. “Anh bảo đảm với em rằng, tình yêu anh dành cho em và các con không bao giờ bị giảm đi bởi tình thương mà anh dành cho những người bạn của chúng ta. Khi anh bạn sói rừng cứu mạng anh, anh



đã cảm nhận rằng mình mãi mãi thiếu anh ấy một món nợ. Vì thế, anh đã đề nghị bảo vệ gia đình anh ấy. Việc anh chăm sóc quan tâm họ chỉ làm tăng thêm tình yêu thương của anh đối với em và các con mà thôi.”

Nghe xong, bà sư tử cảm thấy vô cùng hổ thẹn bởi lòng ghen tị của mình. Bà xin lỗi gia đình sói rừng không biết bao nhiêu lần và kể từ hôm đó, bà sư tử trở thành người bạn thân thiết của bà sói rừng.

Từ đó trở đi, hai gia đình cùng nhau tận hưởng tình bạn thân thiết của họ, không còn sự bực mình hay tranh cãi nào. Và con cháu họ đã sống hạnh phúc cùng nhau qua nhiều thế hệ.



Nhiều khi sự sợ hãi và lòng ghen tị dễ làm lu mờ trí phán đoán của chúng ta. Người khôn ngoan biết rằng, tình thương bao la trong tim ta đủ để chia sẻ cho mọi sinh vật trong khắp cả thế gian.





◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆

VỊ THÁI TỬ CÒN NHIỀU ĐIỀU CẦN HỌC HỎI

◆ ◆ ◆ ◆ ◆ ◆

Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một thái tử trẻ sống trong một cung điện tráng lệ ở sa mạc. Thái tử chỉ thích vui chơi với bạn bè suốt ngày. Cho đến một hôm, một người lạ mặt xuất hiện và mọi thứ đã thay đổi. Con có muốn biết chuyện gì đã xảy ra không nào? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!

Bây giờ, chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Thái tử và các bạn đang đá banh một cách vui vẻ trong sân, bỗng nghe có tiếng gõ vào cánh cửa gỗ lớn. Họ ngạc nhiên ngừng chơi, bởi lẽ cung điện ở nơi xa xôi nên hiếm khi có khách. “Ta hãy ra xem đó là ai?” Thái tử la lên. Người hầu mở cửa, và đứng ở đó là một người đàn ông cao lớn, để râu dài, ăn mặc đơn giản đang nhìn xuống thái tử với ánh mắt sáng ngời.



“Chào Ngài!” Thái tử chào người khách lạ. “Ông đến để diện kiến đức vua, phụ thân của tôi phải không?”

“Chào thái tử!” Người lạ đáp. “Thật ra tôi đến đây gặp thái tử. Tôi sẽ là thầy dạy học của thái tử.” Nụ cười trên môi thái tử biến dần, “Vâng, đúng rồi...” thái tử đáp lại một cách nghiêm trang.





Cha mẹ thái tử đã bảo thái tử phải học tất cả những gì mà một vị vua nên biết. Thái tử chỉ ngạc nhiên bởi thời gian phải học đã đến quá sớm. Thái tử cúi đầu chào người đàn ông, ông ta cúi đầu chào lại, và sau đó thầy giáo mới của thái tử đi theo người hầu đến làm lễ ra mắt nhà vua.

Tối hôm đó, khi hoàng hậu đắp chăn cho thái tử ngủ, bà để ý thấy thái tử ít nói hơn bình thường. Bà nhìn vào đôi mắt của thái tử nói: “Con trai cưng của mẹ. Con đang lớn và sẽ trưởng thành. Khi vua cha và mẹ trở nên quá già để có thể trị vì trăm họ, quốc gia vĩ đại của chúng ta sẽ nằm trong tay con.”

“Nhưng con không muốn làm người lớn!” Thái tử đáp.

“Mẹ biết!”, bà nói khi mỉm cười và hôn lên trán chúc cậu ngủ ngon, “nhưng mọi việc sẽ tốt thôi con à!”

Bắt đầu từ hôm đó, thái tử miệt mài học hỏi về đất nước của mình và cả thế giới bên ngoài. Thái tử cũng được giới thiệu với những nhân vật quan trọng và quan sát cách điều hành của vua cha tại vương triều. Tóm lại, thái tử được dạy tất cả những điều cần thiết để trở thành một người đàn ông xứng đáng với ngôi vị đức vua.

Nhiều năm sau, thái tử giờ đây đã là một thanh niên cao lớn, khỏe mạnh và khôn ngoan. Rồi một sáng kia, thầy của thái tử nhẹ nhàng gập sách lại và nói: “Thưa thái tử, tôi đã dạy cho thái tử tất cả những kiến thức của mình và công việc của tôi ở đây đã hoàn tất. Đã đến lúc tôi phải ra đi.”



Thái tử đã luôn biết sẽ có ngày hôm nay – ngày của chia ly, tuy nhiên, vì quá yêu thương và kính phục thầy, thái tử cầu xin người ở lại. Nhưng thầy của thái tử trả lời một cách dịu dàng rằng đã đến lúc chia tay.



Thái tử khóc ròng khi vị thầy lên đường. Hoàng hậu âu yếm lau nước mắt cho con và nói: “Con hãy an tâm. Mọi việc đều có thời hạn của nó và không có gì tồn tại lâu dài. Những tháng ngày học tập của con đã qua, và chẳng bao lâu nữa con sẽ lên ngôi vua.”

Một thời gian sau, thái tử lên ngôi vua. Ngài kết hôn với một công chúa ở một vương quốc xa xôi, và họ có một cô con gái xinh đẹp. Một ngày nọ, khi công chúa nhỏ đang chơi với bạn, có tiếng gõ cửa vang lên. “Ta hãy ra xem đó là ai?”, công chúa la lên. Cửa mở và đứng ở đó là một người đàn ông cao lớn, để râu dài, ăn mặc đơn giản đang nhìn xuống công chúa với ánh mắt sáng ngời.



Chúng ta đều muốn mọi thứ xung quanh dừng thay đổi. Nhưng đời sống là một cuộc hành trình nên thay đổi là điều phải xảy ra. Người khôn ngoan chấp nhận điều này và tận hưởng mỗi khoảnh khắc quý giá của họ.

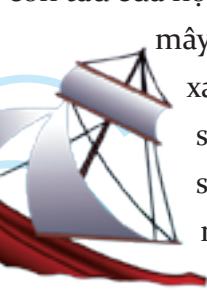




HÒN ĐẢO YÊU TINH




Hãy thư giãn, yên lặng và lắng nghe – chăm chú lắng nghe câu chuyện ngắn về một đoàn thủy thủ thích phiêu lưu và đã gặp phải một cơn bão lớn. Con có muốn biết chuyện gì đã xảy ra không? Chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu xem sao!



Nào, bây giờ chúng ta bắt đầu câu chuyện ... Một ngày nọ, khi con tàu của họ đang lướt sóng bình bồng trong gió nhẹ, một đám mây đen thật to chớp nhoáng xuất hiện trên bầu trời xanh, gió quật mạnh xuống làm dậy lên những đợt sóng dữ dội tung bọt trắng xoá. Thuyền của họ đã bị sóng đẩy tới lui nhiều giờ liền, cho đến khi nó đâm mạnh vào những tảng đá. Chiếc thuyền mắc cạn ở đó cho đến hết cơn bão, các thủy thủ ngơ ngác nhìn xung quanh, họ nhận ra mình đang ở trên một bãi biển xinh đẹp với bờ biển cát vàng lấp lánh bao quanh bởi những hàng dừa xanh tươi tốt.

Họ đã không thể tin vào sự may mắn của mình – bãi biển trông giống như thiên đường! Rồi, tự nhiên không biết từ đâu, một nhóm thiếu nữ xinh đẹp mang đến cho họ quần áo mới, những giỏ trái cây ngon ngọt, và mời các thủy thủ ở lại trong những lều tranh của họ. Cứ như





thế, ngày này qua ngày khác, những thiếu nữ này đối xử với các thủy thủ như những ông vua, đãi họ hết bữa ăn thịnh soạn này đến bữa ăn thịnh soạn khác. Mọi việc đều diễn ra quá tốt đẹp – tốt đẹp đến nỗi họ quên hết cuộc sống bình thường của họ, gia đình, bạn bè ở quê nhà đang chờ đợi họ.

Mấy ngày sau, một thủy thủ hỏi một trong những thiếu nữ xinh đẹp rằng tại sao không thấy bóng dáng người đàn ông nào trên đảo. Cô cho biết họ đã đi ra khơi xa cách đây nhiều năm và không thấy trở lại. Tối hôm đó, chính người thủy thủ này nghe loáng thoáng tiếng nói chuyện, anh ta nhẹ nhàng bước ra khỏi giường, đi rón rén đến túp lều bên cạnh và lắng nghe ngoài cửa. “Chúng ta cần nuôi họ cho mập thêm và ăn thịt trước khi họ trốn thoát,” giọng một thiếu nữ nói.



Ghé mắt nhìn qua khe hở của cánh cửa, người thủy thủ kinh ngạc thấy một nhóm yêu tinh xấu xí chứ không phải những thiếu nữ xinh đẹp như ông nghĩ! “Chúng ta đã bị đánh lừa,” ông giật mình. “Họ không phải là thiếu nữ, mà là yêu tinh trá hình và họ đang nuôi chúng ta mập mạp để ăn thịt ngon hơn.”



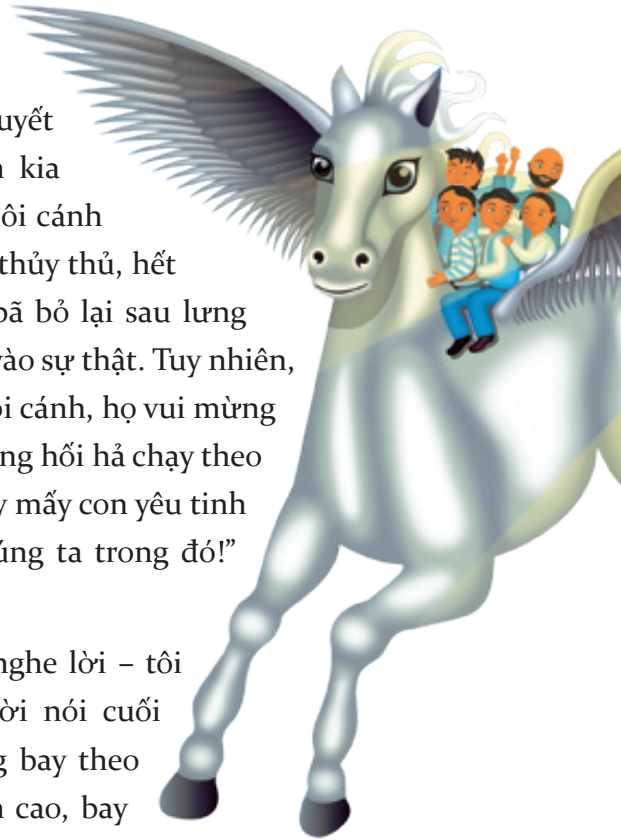
Sáng sớm hôm sau, anh ta kể lại cho những thủy thủ đồng hành những gì ông đã nghe và nhìn thấy. Khi họ nhận ra mình đã bị lừa gạt, tất cả đều hoảng sợ khủng khiếp ngoại trừ một thủy thủ to con mạnh mẽ. “Các bạn đang nằm mơ à!”, anh ta khẳng định, “những thiếu nữ xinh đẹp này không thể là yêu tinh được, tôi sẽ không rời khỏi nơi đây.”



Trong khi anh ta bước nhanh trở lại túp lều, những người khác quỳ xuống và cầu nguyện thần linh của vùng đất lạnh giúp đỡ họ. Một trong những vị thần, đã thấu rõ sự việc, rất vui lòng

khi thấy họ đã nhận ra sự sai lầm và quyết định giúp họ. Trong chớp mắt, vị thần kia biến mình thành một con ngựa bạc có đôi cánh to tuyệt đẹp và bay đến hòn đảo. Những thủy thủ, hết sức biết ơn, trèo lên lưng ngựa, buồn bã bỏ lại sau lưng người bạn cùng tàu cứng đầu không tin vào sự thật. Tuy nhiên, ngay khi con ngựa thần kỳ bắt đầu xòe đôi cánh, họ vui mừng khôn xiết khi thấy người thủy thủ bạn đang hối hả chạy theo và hân hoan trèo lên lưng ngựa. “Tôi thấy mấy con yêu tinh đang chuẩn bị nồi nước sôi để nấu chúng ta trong đó!” Anh ta lắp bắp nói.

“Tôi xin lỗi mọi người vì đã không nghe lời – tôi đã không muốn tin điều đó.” Những lời nói cuối cùng của chàng thủy thủ này đã thoảng bay theo làn gió khi con ngựa nhẹ nhàng bay lên cao, bay lên tận bầu trời đến nơi an toàn, cho đến khi hòn đảo yêu tinh chỉ còn là một vết nhỏ xíu trong đại dương xanh mênh mông.



Người ta thường lừa đi sự thật khi nó không giống như những điều họ mong muốn. Người khôn ngoan biết tầm quan trọng của việc chấp nhận sự thật và hiên ngang đối đầu với mọi thử thách.

HỌC THIỀN



Mặc dù thiền thường có liên hệ với triết học và tôn giáo Đông phương, nhưng bất kỳ ai cũng có thể thiền, không kể tuổi tác hay tín ngưỡng. Ngay cả khi chúng ta không biết gì về thiền, đôi lúc chúng ta cũng đã trải nghiệm sự an tịnh của thiền khi chúng ta hoàn toàn bị thu hút trong một sinh hoạt nào đó, như khi nghe nhạc, lúc ngắm hoàng hôn hay chú tâm vào một trò giải trí. Những lúc đó, chúng ta cảm thấy hài lòng với hiện tại, bình an và hòa nhập với thế giới xung quanh. Khi quyết tâm học thiền, chúng ta có thể đưa sự tập trung cao độ này vào cuộc sống hằng ngày, rồi dần dần nó trở thành nếp sống tự nhiên của chúng ta thay vì chỉ là những trải nghiệm tình cờ trong khoảnh khắc.

Một phương pháp có thể hữu dụng là giải thích thiền với con của bạn như thể nó là một cuộc phiêu lưu khám phá. Điều này sẽ khuyến khích các bé có cái nhìn cởi mở và học cách ứng xử với mọi việc đang xảy ra. Tuy nhiên, điều quan trọng là phải đảm bảo các bé cảm thấy an toàn và có thể ngừng bất cứ khi nào cảm thấy không thoải mái hay mệt mỏi.



Để có kết quả tốt, bạn nên dành ra 5 đến 10 phút mỗi ngày để thực hành thiền có hướng dẫn với con (trang 138 - 143). Bạn có thể kết hợp việc thực hành thiền với những sinh hoạt thường ngày trước khi ngủ của các bé – có thể thay thế cho việc đọc truyện hoặc sau khi đọc xong một truyện. Những truyện trong sách này hiển nhiên có chất lượng thiền định tốt bởi chúng sẽ giúp con bạn tập trung sự chú ý và khuyến khích bé hình dung các bối cảnh, nhân vật và sự kiện.

Nên khuyến khích các bé lớn tuổi hơn thực hành thiền một mình, bắt đầu với 5 phút mỗi ngày và tăng dần lên đến 10 hoặc 15 phút. Tuy nhiên, khoảng thời gian mỗi bé có thể ngồi thiền sẽ khác nhau, và các bé sẽ sớm biết thể nào là thích hợp bằng chính cảm nhận của mình. Chất lượng của mỗi lần ngồi thiền quan trọng hơn thời gian ngồi thiền, và thực hành thiền đều đặn càng nhiều các bé càng hưởng những lợi ích lớn hơn. Nên cố gắng để con bạn ngồi thiền vào cùng lúc và cùng chỗ mỗi ngày. Buổi tối trước khi đi ngủ là thời gian tốt nhất cho hầu hết mọi người, bởi sau đó họ có thể đi thẳng vào giấc ngủ. Tuy nhiên, các bé phải được cảm thấy tự do để thực hành vào buổi sáng hay bất kỳ lúc nào trong ngày nếu muốn.

Cũng nên chuẩn bị chu đáo trước khi ngồi thiền. Con bạn nên mặc đồ ấm áp và thoải mái. Bé rửa tay và mặt trước khi bắt đầu để rũ sạch các sinh hoạt hàng ngày của bé. Rồi chọn một chỗ yên lặng để các bé khỏi bị mất sự chú ý, tắt hết điện thoại và tắt bớt đèn. Sau khi đã chuẩn bị xong, các bé có thể thư giãn và thoải mái bằng cách thực hành bài tập thư giãn chuẩn bị cho thiền ở trang 26 – 27.

Để được nhiều lợi lạc nhất từ thiền, điều quan trọng là con bạn học ngồi đúng cách. Các bé cần được thoải mái và thư giãn nhưng hoàn toàn tỉnh táo khi thực tập. Tốt nhất là cho các bé ngồi trên một cái đệm trên sàn nhà hay trên giường với lưng thẳng nhưng không được dựa lưng. Các bé nên nhắm mắt và để tay thoải mái trên đùi.

Nếu bạn hướng dẫn bé tập thiền, hãy nói với giọng thật chậm rãi và nhẹ nhàng, ngừng lại từng lúc một để lời nói của bạn thấm vào tâm trí bé. Điều này giúp các bé có thể theo bạn một cách dễ dàng và gọi lên trong tâm trí những cảnh tượng một cách sống động nhất. Một điều rất quan trọng là nên giải thích để các bé biết sự sao lãng hoặc suy nghĩ vẩn vơ là chuyện tự nhiên, và nếu điều đó xảy ra, các bé chỉ cần tập trung trở lại về chính cơ thể của mình.




THIÊN VỚI LÒNG TỪ ÁI

Cách thiền này được rút ra từ sự thực hành theo truyền thống của đạo Phật được gọi là *metta bhavana*, một cụm từ Nam Phạn (Pali) có nghĩa là “sự phát triển lòng từ ái”.

Qua thiền với lòng từ ái, bạn có thể làm gia tăng các cảm xúc tích cực không chỉ đối với chính bạn mà còn cả với gia đình, bạn hữu, người quen và thậm chí với tất cả vạn vật, khiến cách cư xử với lòng bi mẫn trở nên một phần thiết yếu trong đời sống hằng ngày. Lòng từ ái rất hữu ích cho việc chuyển đổi những cảm xúc tiêu cực thành tích cực. Con bạn có thể dùng đến lòng từ ái bất kỳ khi nào bé cảm thấy ganh tỵ, giận dữ hay khó chịu, như sau khi cãi vã với bạn bè. Nói một cách rộng hơn, thiền về những điều tích cực, trái ngược hẳn với các cảm xúc tiêu cực, sẽ giúp các bé trở nên ít vị kỷ và khoan dung hơn, và điều này sẽ lần lượt khích lệ những cảm xúc và phản ứng tích cực từ tất cả mọi người mà bé tiếp xúc.

Bắt đầu thiền bằng cách bảo con bạn ngồi thoải mái và nhắm mắt. Bảo bé thở sâu một hai khoảnh khắc. Sau đó, bạn đọc bài thực tập một cách dịu dàng và rõ tiếng cho bé nghe. Bạn nên cùng tập thiền từ ái với con.



*Thế nên, với một trái tim mở rộng
Hãy trân quý tất cả chúng sinh:
Toả ra lòng thương yêu trên toàn thế giới.*

– Đức Phật



Hãy tập trung sự chú ý của con lên thân thể và nở một nụ cười tươi nhất. Hãy cảm thấy trái tim con mở rộng hơn khi con cười. Hãy tưởng tượng con được bao phủ bởi ánh sáng vàng kim tuyệt đẹp và con nói: “Nguyện cho con được yên vui – nguyện cho con thực sự được yên vui từ đầu xuống đến những ngón chân.” Rồi nói: “Con yêu mến con thật nhiều.”



Giờ hãy nghĩ đến cả gia đình con – mẹ và cha con, các anh chị em, ông bà, cô chú, họ hàng và các thú cưng. Hãy tưởng tượng họ đứng trước con, cười và được bao phủ bởi ánh sáng vàng kim tuyệt đẹp và con nói: “Nguyện cho gia đình con được yên vui – nguyện cho họ thực sự được yên vui từ đầu xuống đến những ngón chân.” Rồi nói: “Con yêu gia đình con thật nhiều.”

Rồi hãy nghĩ đến các bạn của con, các thầy cô giáo và hàng xóm. Hãy tưởng tượng họ đứng trước con, cười và được bao phủ bởi ánh sáng vàng kim tuyệt đẹp và con nói: “Nguyện cho tất cả bạn bè, thầy cô và hàng xóm được yên vui – nguyện cho họ thực sự được yên vui từ đầu xuống đến những ngón chân.” Rồi nói: “Con yêu bạn bè, thầy cô và hàng xóm thật nhiều.”

Kế đến, đưa sự tập trung trở về chính con và thấy ánh sáng vàng kim đang bao quanh con lan tỏa ra đến tất cả mọi người và mọi loài trên thế giới. Hãy tưởng tượng Trái đất được bao bọc bởi ánh sáng vàng kim tuyệt đẹp và con nói: “Nguyện cho tất cả vạn vật được yên vui – nguyện cho tất cả vạn vật thực sự yên vui từ đầu xuống đến những ngón chân.” Rồi nói: “Con yêu thương tất cả vạn vật và cũng đón nhận tình yêu thương đến từ họ.”

Bây giờ con từ từ nhúc nhích các ngón chân, ngón tay và mở mắt.

Con hãy cố gắng giữ lòng yêu thương tất cả vạn vật luôn ở trong tim con.

THIÊN VỚI BẢY SẮC CẦU VỒNG

Cầu vồng làm chúng ta có cảm giác thấy phấn khởi hơn khi hiện ra với những màu sắc tươi sáng, như một phép lạ sau cơn mưa. Cách thiền này khuyến khích con bạn thu nhận những cảm hứng tích cực từ màu sắc của cầu vồng để trở nên tự tin hơn. Hãy bảo bé ngồi thoải mái và nhắm mắt.

Thở vào một hơi thở sâu... rồi thở ra, và cảm thấy cơ thể con thư giãn.

Hãy hình dung con được bao phủ bởi ánh sáng đỏ. Hãy tưởng tượng thở vào ánh sáng đỏ, và nó cho con đầy năng lượng.

Bây giờ hãy hình dung con được bao phủ bởi ánh sáng cam. Hãy tưởng tượng thở vào ánh sáng cam, và nó cho con đầy sức mạnh.

Kế đến, hãy hình dung con được bao phủ bởi ánh sáng vàng. Hãy tưởng tượng thở vào ánh sáng vàng, và nó cho con đầy hạnh phúc.

Rồi hãy hình dung con được bao phủ bởi ánh sáng xanh lá cây. Hãy tưởng tượng thở vào ánh sáng xanh lá cây, và nó cho con đầy tình bạn.

Bây giờ hãy hình dung con được bao phủ bởi ánh sáng xanh da trời. Hãy tưởng tượng thở vào ánh sáng xanh da trời và nó cho con đầy bình an.

Kể đến, hãy hình dung con được bao phủ bởi ánh sáng xanh tím. Hãy tưởng tượng thở vào ánh sáng xanh tím và nó cho con đầy dịu dàng.

Rồi hãy hình dung con được bao phủ bởi ánh sáng tím. Hãy tưởng tượng thở vào ánh sáng tím và nó cho con đầy tình yêu thương.

Cuối cùng, hãy tưởng tượng một cầu vòng rực rỡ đọng đầy năng lượng, sức mạnh, hạnh phúc, tình bạn, bình an, dịu dàng và yêu thương chuyển từ tim con đến gia đình, con đường con ở, thành phố của con, đất nước của con ... rồi cả thế giới.

Từ từ để cầu vòng biến mờ dần. Hãy thở chậm rãi và thư giãn.

Bây giờ con nhúc nhích các ngón chân, ngón tay và mở mắt.



THIÊN VỚI HƠI THỞ

Phương pháp thiền với hơi thở tập trung vào hơi thở sâu và nhịp nhàng. Nó không chỉ giúp con bạn phát triển sự tập trung và chế ngự khuynh hướng tự nhiên của tâm trí bé là suy nghĩ lan man, mà còn dạy bé giữ sự chú ý trong mọi khoảnh khắc. Hãy bảo bé ngồi thoải mái, nhắm mắt và để tay lên bụng.

Thở vào một hơi thở sâu ... rồi thở ra.

Thở vào chậm rãi và cảm thấy bụng con phồng lên.

Thở ra chậm rãi và cảm thấy cơ thể con thư giãn.

Lần nữa, thở vào chậm rãi và cảm thấy bụng con phồng lên.

Thở ra chậm rãi và cảm thấy cơ thể con thư giãn.

Bây giờ tưởng tượng con đang đứng trên một bãi biển đẹp. Có những cây dừa đu đưa và bãi biển được phủ cát vàng lóng lánh. Những lâu đài bằng cát rải rác chung quanh, mỗi cái đều có một lá cờ nhỏ phất phơ nhẹ trong gió. Trời trong xanh, ấm và đầy nắng. Một ngày thật đáng yêu!

Đứng cạnh mé nước một lúc và cảm thấy làn nước mát nhẹ nhàng phủ lên những ngón chân của con, khi những làn sóng vỗ nhẹ vào rồi rút ra, vào rồi rút ra ...

Hãy để sự nhịp nhàng này hướng dẫn hơi thở của con – thở vào mỗi khi sóng vỗ nhẹ vào bờ và thở ra khi sóng rút trở ra biển.

Hãy để hơi thở của con theo nhịp vào ra của các lớp sóng một cách tuần tự và đều đặn.

Mỗi khi con thở vào, cảm thấy bụng con phồng lên, và mỗi khi thở ra, cảm thấy cơ thể con thư giãn.

Bây giờ để bãi biển tan mờ dần trong tâm trí con và chỉ ngồi thở nhẹ nhàng một lúc.

Khi con sẵn sàng, nhúc nhích các ngón tay, ngón chân và mở mắt ra.

CHÚ THÍCH CỦA TÁC GIẢ

Nếu có điều nào trong cuốn sách này không chính xác hoặc gây hiểu lầm, tôi cầu mong sự tha thứ của các vị ân sư cũng như của người đọc vì đã vô tình làm chướng ngại con đường tu học của họ. Còn với những điều chính xác, tôi hy vọng người đọc có thể sử dụng chúng để tìm đến được chân lý mà chúng nhắm tới.