



Cô Trần Thùy Dương – Ôn Văn và Luyện viết

60 KHÁI NIỆM THƯỜNG GẶP NHẤT TRONG CÁC ĐỀ THI NLXH (PHẦN 1)

STT	Khái niệm	Giải thích + Danh ngôn
1	Bản lĩnh	“Bản lĩnh là đức tính tự quyết một cách độc lập thái độ, hành động của mình, không vì áp lực bên ngoài mà thay đổi quan điểm.” (Từ điển tiếng Việt – Hoàng Phê) “Bản lĩnh là sự tự khẳng định mình, bày tỏ những quan điểm cá nhân và có chính kiến riêng trong mọi vấn đề.” “Kiên trì và nhẫn nại / Không chịu lùi một phân / Vật chất tuy đau khổ / Không nao núng tinh thần.” (Hồ Chí Minh) “Nghịch cảnh có thể mài sắc bạn nếu bạn có đủ ý chí để vượt qua nó.” (Ray Kroc) “Cuộc sống không phải là để chờ đợi cơn bão đi qua, cuộc sống là để học được cách khiêu vũ trong mưa.” (Vivian Greene) “Tôi hoàn toàn không biết điều gì sẽ đến, nhưng dù là điều gì đi nữa, tôi cũng sẽ cười đón nhận.” (Herman Melville)
2	Bao dung	“Bao dung là khi biết tha thứ những lỗi lầm của người khác với mình, là bỏ qua những sai phạm, là cho họ một cơ hội để sửa sai; bao dung không chỉ đối với người khác, mà bao dung còn đối với chính bản thân mình.” “Sống bao dung là sống bằng tình yêu thương, cùng chia sẻ với những người xung quanh mình, giúp đỡ họ khi gặp khó khăn trong cuộc sống về cả vật chất lẫn tinh thần.” “Khi bạn không tha thứ cho một ai đó, tức là bạn đang quay lưng lại với tương lai của mình. Khi bạn bao dung, điều đó có nghĩa bạn đang tiến về phía trước.” (Tyler Perry) “Mỗi đêm tôi nhìn trời đất để học về lòng bao dung, nhìn đường đi của kiến để biết về sự nhẫn nhục. Sông vẫn chảy đời sông. Suối vẫn chảy đời suối. Đời người cũng để sống và thả trôi đi những tị hiềm.” (Trịnh Công Sơn)
3	Bất hạnh	“Bất hạnh là những điều không may gặp phải khiến con người cảm thấy đau khổ.” “Nỗi bất hạnh làm ra con người, còn con người làm ra hạnh phúc.” (Khuyết danh) “Những nỗi bất hạnh giống như dao, hoặc có tác dụng với ta, hoặc gây tổn thương ta, tùy theo ta nắm lấy chúng bằng lưỡi hay bằng cán.” (James Russell Lowell) “Để đánh giá đúng chí khí của một người, ta phải thấy anh ta trong bất hạnh.” (Napoleon Bonaparte)

4	Bi quan	“Bi quan là phương thức nhìn nhận sự việc hiện tượng theo chiều hướng nặng nề về mặt tiêu cực.” “Bi quan là một cách cảm nhận thế giới, thấm đẫm sự tuyệt vọng, tiêu cực và không tin vào những thay đổi tích cực.” “Người bi quan luôn tìm thấy khó khăn trong mọi cơ hội. Người lạc quan luôn nhìn được những cơ hội trong từng khó khăn.” (Winston Churchill) “Lạc quan là hạt giống gieo trồng trên mảnh đất của niềm tin; bi quan là hạt giống cất giữ dưới căn hầm ngò vục.” (William Arthur Ward)
5	Bình tĩnh	“Bình tĩnh là luôn giữ được thái độ bình thường, làm chủ được hành động, không hốt hoảng, không luống cuống, không nóng vội.” “Bình tĩnh là trí khôn, là sự dẻo dai, linh hoạt, là chìa khóa thành công trong cuộc sống.” “Sự bình tĩnh là cái nôi của sức mạnh.” (Josiah Holland) “Tình nên thiệt, tính nên hoà. Nếu nóng nảy thì thành sự ít mà bại sự nhiều.” (Nguyễn Bá Học)
6	Cảm ơn	“Tỏ lòng biết ơn với người đã làm điều tốt cho mình.” (Từ điển tiếng Việt – Hoàng Phê) “Cảm ơn là thái độ trân trọng, biết ơn những gì mà người khác đã làm cho ta, đem lại cho ta những điều tốt đẹp.” “Hãy biết ơn những người làm chúng ta hạnh phúc vì họ là những người làm vườn đầy duyên dáng khiến tâm hồn chúng ta nở hoa.” (Marcel Proust) “Về bản chất, lòng biết ơn cũng như quả bóng tuyết, càng lăn xa càng lớn thêm.” (Khuyết danh) “Trái tim không biết ơn sẽ không tìm được hạnh phúc. Khi chúng ta có lòng biết ơn, sẽ tìm thấy hạnh phúc trong từng giờ.” (Henry Ward Beecher)
7	Cảm thông	“Cảm thông là sự thấu hiểu, chia sẻ lắng nghe và cảm nhận nỗi đau nỗi buồn của người khác.” “Cảm thông là chiếc chìa khóa mở cửa trái tim người khác.” (E. C. McKenzie) “Chúng ta học được trong tình bạn rằng hãy nhìn bằng mắt của người khác, nghe bằng tai của người khác, và cảm nhận bằng trái tim của người khác.” (Alfred Adler) “Sự thành công trong cách ứng xử với người khác phụ thuộc vào việc nắm được góc nhìn của người khác với thái độ cảm thông.” (Dale Carnegie)
8	Can đảm	“Có sức mạnh tinh thần để không sợ nguy hiểm, đau khổ.” (Từ điển tiếng Việt – Hoàng Phê) “Chúng ta không bao giờ có thể học được sự can đảm và kiên nhẫn nếu chỉ có niềm vui trên thế gian này.” (Helen Keller) “Lòng can đảm là cái giá mà cuộc đời đòi hỏi để trao cho ta sự thanh thản.” (Amelia Earhart)

9	Chăm chỉ	“Chăm chỉ là sự cố gắng, nỗ lực làm một việc nào đó để đạt được kết quả tốt nhất.” “Thiên tài một phần trăm là cảm hứng và chín mươi chín phần trăm là mồ hôi.” (Thomas Edison) “Mong muốn có thành công mà không làm việc chăm chỉ cũng giống như cố gắng thu hoạch khi chưa hề gieo trồng.” (David Bly)
10	Chân thành	“Chân thành là thành thật, lương thiện và thực tế trong suy nghĩ và hành động.” “Chân thành đơn giản là bạn sống bằng cả trái tim mình, không vụ lợi, cho đi không tính toán.” “Người ta ngây ngất trước sự hào nhoáng, mê mẩn trước sự bóng bẩy, nhưng chỉ rơi nước mắt trước sự giản dị tự đáy lòng.” (Nguyễn Ngọc Tư)
11	Chia sẻ	“Chia sẻ là thể hiện sự san sẻ, đồng cảm, cảm thông giữa con người với con người, cộng đồng bằng hành động, lời nói và thậm chí đơn giản chỉ là bằng những cử chỉ, ánh mắt.” “Chia sẻ là sự cho đi, quan tâm hay giúp đỡ người khác về vật chất và tinh thần bằng tất cả khả năng của mình, giúp họ vượt qua khó khăn hoạn nạn.” “Có điều kỳ diệu xảy đến với những người thực sự biết yêu thương: họ càng cho nhiều, họ càng có nhiều.” (Rainer Rilke) “Người giàu có không phải là người có nhiều, mà là người cho nhiều.” (Erich Fromm)
12	Chiến thắng	“Chiến thắng là kết quả tốt đẹp mà ta đạt được sau một quá trình đấu tranh và vượt qua thử thách.” “Chiến thắng bản thân là chiến thắng tốt đẹp và cao quý nhất; bị đánh bại bởi bản tính của mình là thất bại tồi tệ và nhục nhã nhất.” (Plato) “Khi bạn hạnh phúc vì làm điều mình yêu thích, bạn đã thắng cuộc rồi.” (Jack Canfield)
13	Chủ động	“Chủ động là tự mình hành động, không bị chi phối bởi người khác hoặc hoàn cảnh bên ngoài.” “Tôi sẽ không ngồi yên chờ đợi tương lai bất định, hay chờ đợi điều gì đó xảy ra. Người ta có thể chờ đợi cả đời, và rồi chẳng tìm thấy gì khi chờ đợi đến cuối. Tôi sẽ bắt đầu ở đây, tôi sẽ làm điều gì đó xảy ra.” (Louis L'Amour)
14	Cơ hội	“Cơ hội là điều kiện thuận lợi, thời điểm hội tụ những điều thích hợp cho chúng ta tận dụng và tạo ra những thành công cho bản thân.” “Cơ hội giống như bình minh. Nếu bạn chờ quá lâu, bạn sẽ bỏ lỡ nó.” (William Arthur Ward) “Năm giữa khó khăn là cơ hội.” (Albert Einstein) “Cơ hội đến với tất cả mọi người, nhưng ít người có thể nắm bắt được cơ hội.” (Edward Bulwer Lytton) “Biển có cá cho tất cả mọi người.” (William Camden)

15	Cống hiến	“Cống hiến là sự hy sinh của bản thân, không màng đến lợi ích cá nhân mà làm việc hết mình vì người khác, vì một tập thể, một cộng đồng.” “Thuốc đo của cuộc đời không phải thời gian, mà là cống hiến.” (Peter Marshall) “Sống là cho không chỉ nhận riêng mình.” (Tố Hữu)
16	Đam mê	“Đam mê là khi chúng ta có cảm hứng, yêu thích một công việc, một lĩnh vực nào đó và dồn toàn tâm toàn ý, dành hết thời gian, công sức, không ngừng nghỉ để theo đuổi nó.” “Nếu đam mê chỗ bạn đi, hãy để lý trí nắm lấy dây cương.” (Benjamin Franklin) “Những đam mê của chúng ta nói lên chính bản thân ta.” (Anatole France) “Đam mê và thành công luôn đi cùng nhau.” (Bill Gates)
17	Đoàn kết	“Đoàn kết là sự gắn bó bền chặt giữa nhiều cá nhân với nhau trong một tập thể, một tổ chức.” “Một mình, ta làm được rất ít; cùng nhau, ta làm được rất nhiều.” (Helen Keller) “Riêng rẽ, mỗi chúng ta chỉ là một giọt nước. Cùng nhau, chúng ta là đại dương.” (Ryunosuke Satoro)
18	Động lực	“Động lực là động cơ thúc đẩy con người hành động, là mục đích chủ quan mà chúng ta muốn đạt được thông qua quá trình hoạt động của mình.” “Động lực giúp bạn đi tiếp và thói quen giúp bạn tới nơi. Hãy biến động lực thành thói quen, bạn sẽ tới nơi nhanh hơn, và còn vui vẻ trên đường.” (Zig Ziglar) “Chỉ động lực không là không đủ. Nếu bạn có một kẻ ngu và bạn truyền động lực cho hắn, giờ bạn đã có một kẻ ngu hăng hái.” (Jim Rohn)
19	Gia đình	“Gia đình là tế bào của xã hội, là nơi lưu giữ, giáo dục, trao truyền các giá trị văn hóa dân tộc cho các thành viên trong gia đình.” “Bạn có thể làm gì để xây dựng hòa bình thế giới? Hãy về nhà và yêu thương gia đình của mình.” (Mẹ Teresa) “Hạnh phúc sinh trưởng bên lò sưởi của chúng ta, chứ không phải hái được trong vườn nhà người khác.” (Douglas Jerrold) “Dù là vua chúa hay dân cày, kẻ nào tìm thấy được sự an bình trong gia đình là người sung sướng nhất.” (Goethe)
20	Giáo dục	“Giáo dục là hình thức học tập theo đó kiến thức, kỹ năng, được trao truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác thông qua giảng dạy, đào tạo, hay nghiên cứu.” “Hiện, dĩ phải đâu là tính sẵn / Phần nhiều do giáo dục mà nên.” (Hồ Chí Minh) “Giáo dục là vũ khí mạnh nhất để chúng ta thay đổi thế giới.” (Nelson Mandela)

21	Hành động	“Hành động là quá trình thực hiện, biến ước mơ, ý tưởng, dự định thành thực tiễn, đem lại kết quả nhất định.” “Không ai biết mình có thể làm gì nếu không bắt tay làm.” (Publilius Syrus) “Hành động có thể không mang tới hạnh phúc, nhưng không có hạnh phúc nào lại thiếu hành động.” (William James) “Ý nghĩa thực sự ở cuộc sống là ở chỗ dám hành động.” (Karl Marx)
22	Hạnh phúc	“Hạnh phúc là một trạng thái cảm xúc được biểu thị bởi cảm giác vui vẻ, thỏa mãn, hài lòng, và sự đủ đầy.” “Hạnh phúc là khái niệm thuộc phạm trù tinh thần, là cảm xúc vui sướng, mãn nguyện khi đạt được hay làm được điều mà mình mong ước.” “Hạnh phúc là niềm vui, sự hài lòng khi con người đạt được những điều tốt đẹp, thỏa mãn được những ước muốn.” “Làm điều bạn thích là tự do. Thích điều bạn làm là hạnh phúc.” (Frank Tyger) “Không có hạnh phúc trong việc sở hữu hay đón nhận, chỉ có hạnh phúc khi cho đi.” (Henry Drummond) “Thành công là đạt được thứ bạn muốn. Hạnh phúc là muốn thứ bạn đạt được.” (Dale Carnegie)
23	Hèn nhát	“Hèn nhát là khiếp nhược trước khó khăn thử thách, là trạng thái luôn sợ hãi, nhút nhát, không dám đối mặt với những biến động của cuộc sống, những khó khăn nảy sinh trong nghịch cảnh mà chỉ thu mình trong sự an toàn.” “Nguồn gốc thực sự của đau khổ là sự nhút nhát của chúng ta.” (John Adams) “Nỗi sợ hãi có công dụng, nhưng sự hèn nhát thì không.” (Mahatma Gandhi)
24	Hòa bình	“Hòa bình không đơn giản chỉ là không có chiến tranh. Hòa bình là khi chúng ta sống vui vẻ, hòa thuận, không đấu đá. Hòa bình còn được sử dụng để chỉ trạng thái ổn định về cả nội tâm và suy nghĩ của một con người.” “Không thể gìn giữ hòa bình bằng bạo lực. Nó chỉ có thể đạt được bằng sự thông hiểu lẫn nhau.” (Albert Einstein) “Những chiến thắng thật sự và bền lâu là chiến thắng của hòa bình, không phải của chiến tranh.” (Ralph Emerson)
25	Học tập	“Học tập là quá trình tiếp thu những kiến thức mới, kỹ năng mới, bổ sung trau dồi các kiến thức nâng cao từ các kiến thức cơ bản mà bản thân đã được học từ trước.” “Hãy học khi người khác ngủ; lao động khi người khác lười nhác; chuẩn bị khi người khác chơi bời; và có giấc mơ khi người khác chỉ ao ước.” (William Arthur Ward) “Học từ ngày hôm qua, sống ngày hôm nay, hi vọng cho ngày mai. Điều quan trọng nhất là không ngừng đặt câu hỏi.” (Albert Einstein)

26	Hy vọng	“Hy vọng là là niềm tin, sự tin tưởng vào những điều tốt đẹp sẽ xảy đến, sống lạc quan, không ngừng nỗ lực trong cuộc sống và công việc để có được cuộc sống tốt đẹp hơn.” “Lạc quan là niềm tin dẫn tới thành tựu. Bạn chẳng thể làm được điều gì mà thiếu đi hy vọng và sự tự tin.” (Helen Keller) “Nơi nào có sự sống, nơi đó có hy vọng.” (Tolkien)
27	Ích kỷ	“Ích kỷ là lối sống chỉ biết nghĩ cho mình, luôn suy tính thiệt hơn, lúc nào cũng chăm chăm vun vén cho lợi ích của bản thân mà thờ ơ, vô cảm, thậm chí sẵn sàng chà đạp lên hạnh phúc của người khác.” “Những thành tựu lớn lao được sinh ra từ sự hy sinh lớn lao, và chẳng bao giờ là kết quả của sự ích kỷ.” (Napoleon Hill) “Hạnh phúc bắt đầu khi sự ích kỷ kết thúc.” (John Wooden)
28	Khiêm tốn	“Khiêm tốn là thái độ đúng mực trong việc đánh giá bản thân mình, không tự mãn, tự kiêu, không tự cho mình là hơn người khác.” “Người biết ít thường nói nhiều, trong khi người biết nhiều thường nói ít.” (Jean Jacques Rousseau) “Tri thức làm ta khiêm tốn, ngu si làm ta kiêu ngạo.” (Ngạn ngữ Anh) “Sông càng sâu càng tĩnh lặng. Lúa càng chín càng cúi đầu.” (Khuyết danh)
29	Kiên nhẫn	“Kiên nhẫn là cách mà bạn thể hiện mình là người biết suy nghĩ, biết cách kiềm chế cảm xúc.” “Kiên nhẫn được hiểu là sự kiên trì, bền bỉ, nhẫn nại, không bị khuất phục trước khó khăn, dù thế nào vẫn cố gắng vượt qua thử thách.” “Sự kiên nhẫn đắng chát, nhưng quả của nó lại ngọt.” (Jean Jacques Rousseau) “Nước chảy đá mòn không phải hoàn toàn do sức mạnh của nước, mà do việc lặp đi lặp lại của dòng chảy.” (Holly Chen) “Đĩa thịt gà thơm ngon ta có được là kết quả của cả một quá trình bắt đầu từ khi ấp trứng, chứ không đơn thuần từ hành động đập vỏ mà ra.” (Arnold Glasgow)
30	Kỷ luật	“Kỷ luật là sự rèn luyện giúp con người tự sửa chữa, tạo khuôn nếp và làm việc theo mục tiêu đã đề ra để đạt được mục đích cuối cùng.” “Kỷ luật là sự tuân thủ thực hiện các nguyên tắc trong công việc và cuộc sống một cách nghiêm khắc nhằm đạt được mục tiêu đã đề ra và thành công trong cuộc sống.” “Chúng ta phải lựa chọn giữa nỗi đau của sự kỷ luật hay nỗi đau của sự hối hận.” (Jim Rohn) “Nghị lực kéo ta dậy khỏi giường, tận tụy thúc ta hành động, và kỷ luật khiến ta bền bỉ đi hết đường.” (Zig Ziglar) “Hãy khoan dung với người khác và nghiêm khắc với bản thân.” (Marcus Aurelius)



Cô Trần Thùy Dương – Ôn Văn và Luyện viết

60 KHÁI NIỆM THƯỜNG GẶP NHẤT TRONG CÁC ĐỀ THI NLXH (PHẦN 2)

STT	Khái niệm	Giải thích + Danh ngôn
31	Lạc quan	“Lạc quan chính là thái độ sống an nhiên, điềm tĩnh trước mọi sự việc và tình huống trong cuộc sống.” “Người bi quan chờ đợi tình thế trở nên tốt hơn, và mong tiếp tục chờ đợi; người lạc quan hành động với những gì tốt nhất mình đang có trong tay, và tiến tới tạo ra tình thế tốt đẹp hơn.” (Christian Larson) “Lạc quan là niềm tin dẫn tới thành tựu. Bạn chẳng thể làm được điều gì mà thiếu đi hy vọng và sự tự tin.” (Helen Keller) “Lạc quan là hạt giống gieo trồng trên mảnh đất của niềm tin; bi quan là hạt giống cất giữ dưới căn hầm ngầm vực.” (William Arthur Ward)
32	Lắng nghe	“Lắng nghe là một quá trình chủ động khi chúng ta cố gắng tập trung và mong muốn có thể thấu hiểu được nội dung của người nói.” “Hãy học cách lắng nghe. Cơ hội có thể gõ cửa rất khẽ khàng.” (Frank Tyger) “Sự sáng suốt không đến từ việc nói. Nó đến từ việc lắng nghe.” (Katrina Mayer)
33	Lòng tốt	“Lòng tốt là lòng yêu thương, quan tâm, sẻ chia, vị tha đến những người xung quanh và rộng ra là đến cả muôn vật muôn loài xung quanh ta.” “Tình yêu lớn lên nhờ cho đi. Sự yêu thương mà chúng ta cho đi là sự yêu thương duy nhất mà chúng ta giữ được.” (Elbert Hubbard) “Lòng tốt là thứ ngôn ngữ mà người điếc có thể nghe và người mù có thể thấy.” (Mark Twain)
34	Lòng trắc ẩn	“Lòng trắc ẩn là cảm giác khi bạn đau nỗi đau của người khác, thương cảm cho cảnh đời bất hạnh mà không hề có bất kỳ mục đích nào.” “Lòng trắc ẩn là khả năng khơi dậy sự đồng cảm, thương yêu, thấu hiểu giữa con người với nhau.” “Cuộc sống trở nên khó khăn hơn khi chúng ta sống vì người khác, nhưng nó cũng trở nên đẹp đẽ và hạnh phúc hơn.” (Albert Schweitzer) “Chúng ta ai cũng muốn giúp người khác. Con người là thế. Chúng ta muốn sống bên hạnh phúc của nhau chứ không phải sự khổ sở của nhau.” (Charlie Chaplin)

35	Lười biếng	“Lười biếng là trạng thái vận động một cách hời hợt, không muốn làm gì đó hoặc không cố gắng để hoàn thành công việc, đi kèm với đó là thái độ mệt mỏi và khó chịu.” “Lười biếng là một trạng thái thụ động và để mặc mọi thứ như nó vốn có, kể cả đối với những trách nhiệm và nghĩa vụ mà mình phải thực hiện.” “Ngày mai là ngày người lười biếng làm việc và kẻ ngu ngốc thay đổi.” (Edward Young)
36	Nghị lực	“Nghị lực là sự quyết liệt trong hành động, là sự kiên trì, bền bỉ, không chịu lùi bước trước khó khăn, thử thách để thực hiện cho kì được mục tiêu, chí hướng đã vạch ra.” “Chúng ta càng tiến bước trên đường đời, mọi việc lại càng khó khăn hơn, nhưng chính trong khi chống lại gian khổ mà sức mạnh nội tâm của con tim được hình thành.” (Vincent van Gogh)
37	Niềm tin	“Niềm tin là sự tin tưởng, tin nhiệm vào bản thân hoặc một điều tốt đẹp gì đó trong cuộc sống.” “Đôi khi cuộc đời sẽ ném gạch vào đầu bạn. Đừng đánh mất niềm tin.” (Steve Jobs) “Để làm được những điều lớn lao, chúng ta không những phải hành động mà còn phải mơ mộng, không những phải lên kế hoạch mà còn phải có niềm tin.” (Anatole France)
38	Niềm vui	“Niềm vui là những điều mang lại cảm xúc vui vẻ, hạnh phúc, hân hoan, sung sướng cho con người trong cuộc sống.” “Khi cuộc đời cho bạn cả trăm lý do để khóc, hãy cho đời thấy bạn có cả ngàn lý do để cười.” (Khuyết danh) “Hãy viết trong trái tim rằng mỗi ngày đều là ngày tuyệt vời nhất trong năm.” (Ralph Waldo Emerson)
39	Phán xét	“Phán xét là một phát biểu về ý kiến cá nhân trong tâm thế chủ quan.” “Nếu bạn phán xét người khác, bạn chẳng còn thời gian để yêu thương họ nữa.” (Mẹ Teresa) “Đừng vô tình phán xét bất kì ai, vì bạn không thể biết những gì họ đã từng trải qua.” (Lê Ngọc Minh)
40	Sáng tạo	“Sáng tạo chính là tạo ra những ý tưởng, những sáng kiến có thể ứng dụng vào cuộc sống thực tại.” “Sáng tạo là khả năng nhìn ra những mối liên quan ở nơi tưởng chừng không có.” (Thomas Disch) “Sự sáng tạo đòi hỏi phải có can đảm để buông tay khỏi những điều chắc chắn.” (Erich Fromm)
41	Tiết kiệm	“Tiết kiệm là sử dụng hợp lý của cải, thời gian, công sức lao động một cách có hiệu quả.” “Người ta giàu vì biết lao động, giàu hơn nữa vì biết tiết kiệm chi tiêu.” (Ngạn ngữ Thổ Nhĩ Kỳ) “Hãy cẩn thận với những chi phí nhỏ. Một lỗ rò bé có thể làm đắm cả con tàu.” (Benjamin Franklin)

42	Tha thứ	• “Tha thứ là hành động bỏ qua lỗi lầm của người khác.” • “Sự trả thù cao quý nhất chính là tha thứ.” (Thomas Fuller) • “Ta biết tha thứ những điều nhỏ thì cuộc đời sẽ tha thứ cho ta những điều lớn hơn. Khi một người biết tự tha thứ cho mình thì đồng thời cũng phải biết tha thứ cho kẻ khác.” (Trịnh Công Sơn) • “Tha thứ là một trong những món quà tốt nhất mà bạn có thể tự trao cho mình.” (Katrina Mayer)
43	Thay đổi bản thân	• “Thay đổi bản thân là việc mỗi người không ngừng học hỏi, cải thiện mình để tiến bộ hơn và hoàn thiện hơn từng ngày.” • “Cuộc đời ta thay đổi theo hai cách: qua những người ta gặp và qua những cuốn sách ta đọc.” (Harvey MacKay) • “Con người có thể thay đổi cuộc đời mình bằng cách thay đổi thái độ của mình.” (William James)
44	Thấu cảm	• “Thấu cảm là thấu hiểu, đồng cảm với hoàn cảnh của người khác, từ đó chúng ta yêu thương, san sẻ những điều nhỏ nhặt nhất với họ.” • “Thấu cảm là khả năng nhìn thế giới bằng con mắt của người khác, đặt mình vào cuộc đời của họ.” (Đặng Hoàng Giang) • “Không thể yêu hay ghét cái gì trước khi hiểu thấu nó.” (Leonardo da Vinci) • “Có lẽ người ta không mong muốn được yêu thương nhiều bằng mong muốn được thấu hiểu.” (George Orwell)
45	Tình bạn	• “Tình bạn là tình cảm giữa những người không có mối quan hệ ruột thịt nhưng lại hiểu nhau, yêu thương nhau, sẵn sàng giúp đỡ nhau, cùng nhau chia sẻ mọi điều của cuộc sống và gắn bó với nhau.” • “Chúng ta đều là thiên thần chỉ có một chiếc cánh, và ta phải ôm lấy lẫn nhau để học bay.” (Khuyết danh) • “Hãy đếm tuổi của bạn bằng số bạn bè chứ không phải số năm. Hãy đếm cuộc đời bạn bằng nụ cười chứ không phải bằng nước mắt.” (John Lennon)
46	Tình yêu thương	• “Tình yêu thương là biểu hiện cao đẹp nhất cho mối quan hệ giữa người với người trong cuộc sống. Nó là một khái niệm trừu tượng của thế giới tinh thần, được hiểu là tình cảm yêu mến, thương cảm, gắn bó sâu sắc giữa người với người, thậm chí với muôn vật muôn loài” • “Có điều kỳ diệu xảy đến với những người thực sự biết yêu thương: họ càng cho nhiều, họ càng có nhiều.” (Rainer Maria Rilke) • “Tình yêu lớn lên nhờ cho đi. Sự yêu thương mà chúng ta cho đi là sự yêu thương duy nhất mà chúng ta giữ được.” (Elbert Hubbard) • “Chỉ có trái tim yêu thương mới gieo mầm hạnh phúc.” (Đặng Thùy Trâm)

47	Trách nhiệm	• “Trách nhiệm là việc mà mỗi người phải làm và phải có ý thức với những việc làm đó.” • “Hãy có trách nhiệm với cuộc đời mình. Hãy biết rằng chính bạn là người sẽ đưa bạn tới nơi bạn muốn đến chứ không phải ai khác.” (Les Brown) • “Việc sẵn sàng nhận lấy trách nhiệm của cuộc đời mình chính là điểm xuất phát của lòng tự trọng.” (Joan Didion)
48	Trì hoãn	• “Trì hoãn là xu hướng của con người khi làm chậm lại, chưa muốn làm ngay một công việc phải làm, hoặc chờ đợi một thời gian sau đó mới thực hiện.” • “Ai chờ đợi để làm nhiều điều tốt đẹp cùng một lúc sẽ chẳng bao giờ làm gì cả.” (Samuel Johnson) • “Chúng ta không được bảo đảm có ngày mai, nhưng chúng ta có hôm nay. Đừng trì hoãn làm những việc quan trọng với mình.” (Katrina Mayer)
49	Trung thành	• “Trước sau một lòng một dạ, giữ trọn niềm tin, giữ trọn những tình cảm gắn bó, những điều đã cam kết đối với ai hay cái gì.” • “Chỉ người trung thành với chính mình mới có thể trung thành với người khác.” (Erich Fromm) • “Tôi ngay không thờ hai chúa.” (Tục ngữ Việt Nam)
50	Trung thực	• “Trung thực là luôn tôn trọng sự thật, tôn trọng chân lí, lẽ phải; sống ngay thẳng, thật thà và dũng cảm nhận lỗi khi mình mắc khuyết điểm.” • “Không di sản nào quý giá bằng lòng trung thực.” (William Shakespeare) • “Một cái đầu tỉnh táo, một trái tim trung thực và một linh hồn khiêm nhường, đó là ba người dẫn đường tốt nhất qua thời gian và cõi vĩnh hằng.” (Walter Scott) • “Lòng trung thực là chương đầu tiên của cuốn sách trí tuệ.” (Thomas Jefferson)
51	Tự ti	• “Tự ti là tự đánh giá thấp về chính bản thân mình và không có đủ sự tự tin để thể hiện, bộc lộ bản thân.” • “Nhận thức tiêu cực về bản thân giống như vừa lái xe qua cuộc đời vừa hãm phanh.” (Maxwell Maltz) • “Nếu bạn thật sự không coi mình có nhiều giá trị, nên biết rằng thế giới sẽ không nâng giá lên đâu.” (Khuyết danh)
52	Tự tin	• “Tự tin là tin tưởng vào bản thân, tin vào khả năng và hành động của chính mình.” • “Không một ai có thể làm cho bạn cảm thấy mình thấp kém nếu không có sự đồng ý của bạn.” (Eleanor Roosevelt) • “Ai cũng có lòng tự trọng, tự tin. Không có lòng tự trọng, tự tin là người vô dụng.” (Hồ Chí Minh) • “Sớm hay muộn, người thắng là người nghĩ mình có thể.” (Paul Tournier)

53	Tự trọng	“Tự trọng là biết coi trọng và giữ gìn phẩm cách, biết điều chỉnh hành vi của mình cho đúng với chuẩn mực xã hội.” “Ngay cả khi trong túi hết tiền, cái mũi trên đầu anh cũng phải đội cho ngay ngắn.” (Ngạn ngữ Tây Ban Nha) “Cái gì không thuộc về mình thì đừng có lấy, đòi quá thì đi xin. Đã làm người thì phải có lòng tự trọng.” (Nguyễn Bá Thanh) “Lòng tự trọng và sự khiêm nhường là những viên đá nền cho lòng trắc ẩn.” (Theodore Isaac Rubin)
54	Tuổi trẻ	“Tuổi trẻ là những công dân ở lứa tuổi thanh niên, là những người đủ điều kiện và nhận thức về vai trò, trách nhiệm của mình với gia đình, xã hội và đất nước.” “Tuổi trẻ là những con người tràn đầy khát vọng, luôn ấp ủ những ước mơ, hoài bão về một tương lai tươi sáng.” “Tuổi trẻ là lứa tuổi thanh niên, thiếu niên; là lứa tuổi được học hành, được trang bị kiến thức và rèn luyện đạo đức, sức khỏe, chuẩn bị cho việc vào đời và làm chủ xã hội tương lai.” “Một năm khởi đầu từ mùa xuân. Một đời khởi đầu từ tuổi trẻ. Tuổi trẻ là mùa xuân của xã hội.” (Hồ Chí Minh) “Hãy sống đúng với giấc mơ tuổi trẻ.” (Friedrich Schiller) “Có những người chết ở tuổi 25 và chỉ đến 75 tuổi mới được chôn.” (Benjamin Franklin)
55	Tương lai	“Tương lai là khoảng thời gian gần hoặc xa sắp tới, là những sự việc, hành động chưa xảy ra, con người có thể lên kế hoạch làm chủ và thực hiện được những sự việc đó.” “Tương lai của bạn phụ thuộc vào nhiều thứ, nhưng chủ yếu vẫn phụ thuộc vào bạn.” (Frank Tyger) “Tương lai được mua bằng hiện tại.” (Samuel Johnson) “Tương lai thuộc về những ai tin tưởng vào cái đẹp của ước mơ.” (Eleanor Roosevelt) “Quá khứ là tro tàn; tương lai là gỗ. Chỉ ngày hôm nay là lửa sáng chói lòa.” (Ngạn ngữ Eskimo)
56	Vị tha	“Vị tha có nghĩa là sống vì người khác, không ích kỷ, không vì riêng mình, không mưu lợi cá nhân.” “Xung đột là cơn bệnh trầm trọng của nhân loại; và lòng vị tha là liều thuốc duy nhất.” (Voltaire) “Sự tha thứ là chìa khóa mở cánh cửa oán trách và chiếc còng tay của hận thù. Nó là thứ sức mạnh có thể phá vỡ xiềng xích của cay đắng và gông cùm của lòng ích kỷ.” (William Arthur Ward) “Kẻ yếu không bao giờ có thể tha thứ. Tha thứ là phẩm chất của kẻ mạnh.” (Mahatma Gandhi) “Kẻ không thể tha thứ cho người khác làm gãy cây cầu mà chính mình phải bước qua; bởi con người ai cũng cần tới sự tha thứ.” (Thomas Fuller)

57	Vô cảm	“Vô cảm là trạng thái cảm xúc và thái độ của một người hay một nhóm người thờ ơ, dửng dưng không biết quan tâm đến mình đến những gì đang diễn ra xung quanh mình.” “Chúng ta có thể đã chữa trị được hầu hết thói xấu xa; nhưng chúng ta vẫn chưa tìm ra liều thuốc cho thói xấu tồi tệ nhất – sự vô cảm của con người.” (Helen Keller) “Nỗi sợ tốt hơn sự vô cảm, bởi vì sự sợ hãi khiến chúng ta có hành động.” (Emiliano Salinas) “Hận thù không phải là thứ đối lập với tình yêu; đó là sự vô cảm.” (Rollo May)
58	Vùng an toàn	“Vùng an toàn là một trạng thái thỏa mãn về mặt cảm xúc, mà trong đó một người cảm thấy thoải mái và quen thuộc với môi trường sống xung quanh họ. Ở đó, rủi ro hay những cảm xúc tiêu cực được giảm thiểu đến mức tối đa.” “Vùng an toàn là nơi tuyệt đẹp của mỗi cá nhân, nhưng chẳng có gì phát triển hay thành công được ở đó cả.” (Jack Canfield) “Nguy hiểm nhất đối với hầu hết chúng ta không nằm ở việc đặt mục tiêu quá cao rồi nhận thất bại chóng vánh mà đó là đặt mục tiêu an toàn và chấp nhận kết quả tầm thường.” (Michelangelo) “Mỗi ngày hãy thử một thứ gì đó mà bạn từng sợ hãi.” (Eleanor Roosevelt)
59	Xin lỗi	“Xin lỗi là một hành động tự nhận khuyết điểm, sai lầm về mình, đồng thời là sự đồng cảm, sẻ chia với người bị ta làm tổn thương, thiệt hại.” “Người xin lỗi đầu tiên là người dũng cảm nhất. Người tha thứ đầu tiên là người kiên cường nhất. Người từ bỏ đầu tiên là người hạnh phúc nhất.” (Khuyết danh) “Đừng bao giờ làm hỏng lời xin lỗi bằng lý lẽ ngụy biện.” (Benjamin Franklin) “Lời xin lỗi là loại nước hoa dễ thương; nó có thể biến khoảng khắc bối rối nhất trở thành món quà thanh nhã nhất.” (Margaret Lee Runbeck)
60	Ý chí	“Ý chí hiểu là khả năng vượt qua mọi thử thách, là việc thực hiện các hành động để có thể tạo ra được kết quả theo như mong muốn.” “Ý chí chính là sự bền bỉ nỗ lực không biết mệt mỏi của một người với mục tiêu mà bản thân họ đã đề ra.” “Sức mạnh không đến từ thể chất. Nó đến từ ý chí bất khuất.” (Mahatma Gandhi) “Cái người đời thường thiếu là ý chí chứ không phải là sức mạnh.” (Victor Hugo) “Không có tài năng vĩ đại nào thiếu đi được ý chí mạnh mẽ.” (Balzac) “Nơi nào có ý chí, nơi đó có con đường.” (Pauline Kael)