

Bất cứ một chuyện gì xảy ra cho chúng ta trong đời sống hằng ngày cũng có thể coi như là một tiếng chuông chánh niệm,

•Giờ phút nào của đời sống hằng ngày cũng là giờ phút của sự hiến tặng. Đừng nghĩ rằng ta phải giàu có, phải quyền thế, phải có ảnh hưởng lớn ta mới có thể hiến tặng được cho đời. Mỗi bước chân, mỗi hơi thở trong chánh niệm, mỗi nụ cười đều là tặng phẩm rất quý giá mà ta có thể hiến tặng cho tăng thân, cho đời.

•Trong khi hiến tặng, ta tiếp nhận được biết bao nhiêu tặng phẩm của đất trời. Một giọt sương đầu ngọn cỏ, một bông hoa nở bên vệ đường, một ngôi sao lấp lánh buổi sáng khi ta mở cửa ra, đó là tặng phẩm của đất trời mà ta có thể tiếp nhận trong mỗi giây phút.

(Sư Ông Làng Mai - Thiền Sư Thích Nhất Hạnh)