

BODO SCHAEFER



BÍ QUYẾT để

# Thành Đạt

*Cuốn sách cẩm nang quý giá  
về cuộc sống dành cho mọi đối tượng*



NHÀ XUẤT BẢN THÔNG TẤN

**BÍ QUYẾT ĐỂ  
THÀNH ĐẠT**



**BODO SCHAEFER**

**BÍ QUYẾT ĐỂ THÀNH ĐẠT**

(NGƯỜI DỊCH: TRẦN HẬU THÁI)

**NHÀ XUẤT BẢN THÔNG TẤN**  
Hà Nội - 2002

**Bodo Schaefer**

# **Die Gesetze der Gewinner**



**Frankfurter Allgemeine Buch**

## Lời Nhà xuất bản

**B**odo Schaefer, tác giả cuốn "**Bí quyết để thành đạt**" mà chúng tôi được dịp giới thiệu với bạn đọc đồng thời cũng là tác giả cuốn sách "**Cách làm giàu**" nổi tiếng bán chạy nhất ở Đức và châu Âu. Ông là nhà tâm lý học xuất sắc và là một trong những tên tuổi gần gũi nhất của đồng đạo bạn đọc trên thế giới.

Bằng những trải nghiệm của thực tế cuộc sống, Bodo Schaefer đã dày công đúc kết những bí quyết quan trọng nhất để thành đạt... Ba mươi bí quyết được tác giả khắc họa trong cuốn sách này chính là nghệ thuật sống, là cách tính toán khôn ngoan nhất của người thành đạt.

Trong cuộc đời chúng ta ai cũng có ước mơ. Bạn hãy biến ước mơ thành sự thật bằng cách đặt ra những mục tiêu phấn đấu cho mình. Bạn hãy gương mẫu trong công việc và sống hết mình cho hôm nay. Bạn hãy mạnh dạn tự tin quyết định vận mệnh của cuộc đời mình. Một điều vô cùng quan trọng nữa là bạn không bao giờ được đầu hàng trước mọi khó khăn. Hãy biết coi mỗi thất bại cũng là một thành công bởi qua đó mình sẽ rút kinh nghiệm để không bao giờ lặp lại... Những lời khuyên chân tình, bổ ích đó bạn sẽ có được khi đọc cuốn "**Bí quyết để thành đạt**" của tác giả Bodo Schaefer.

*Chúng tôi tin chắc rằng cuốn sách "Bí quyết để thành đạt" sẽ là cẩm nang quý, một cuốn sách "gối đầu giường" giúp các bạn hoạch định tương lai.*

*Xin trân trọng giới thiệu cùng bạn đọc.*

**NHÀ XUẤT BẢN THÔNG TẤN**

*Để cuối đời bạn tự hào rằng  
ta đã sống xứng đáng,  
thì ngay bây giờ bạn hãy thể hiện đi.*

**Marc Aurel**



## LỜI GIỚI THIỆU

Bạn có tin rằng nhiều khi trong cuộc sống của mình có những giấc mơ chợt đến và bạn đã có những ước mơ. Rồi những mơ ước ấy nhạt nhòa theo đi cùng năm tháng với những bộn bề của cuộc sống thường nhật, những lo toan, những thất vọng...

Einstein đã từng nói: "Trong mỗi đứa trẻ đều ẩn giấu mọi thiên tài". Chúng ta, tất cả đều có thể và có quyền trở thành người thành đạt.

Có lẽ bạn cũng như tôi đã trải qua nhiều năm tháng trần trở, đi tìm kim chỉ nam cho hành động, tìm một phong cách sống giúp ta vững bước trên đường đời.

Thuở ban đầu, tôi từng nói với người thầy đầu tiên của tôi rằng: "Em sẽ làm hết mình để được thành đạt như thầy". Ông ta ngần ngại lắc đầu: "Tôi không dám tin chắc, cậu Schafer".

Tôi đảm bảo với thầy đây là nguyện vọng nghiêm túc của tôi. Sau đấy thầy bảo tôi: "Thế thì mỗi tuần cậu đến chỗ tôi ba ngày để học. Cậu hãy ghi chép lại và làm tất cả những điều tôi nói với cậu."

Đầu tiên tôi muốn tìm kiếm một công

thức dẫn đến thành đạt và hạnh phúc. Tất nhiên chẳng bao giờ có một công thức nào cả. Bởi vì cuộc sống là muôn màu muôn vẻ.

Rồi tôi muốn thầy giúp đỡ mỗi khi tôi gặp khó khăn. Lại một lần nữa sự mong đợi của tôi không toại nguyện.

Thay vì giúp tôi giải quyết mọi hoàn cảnh khó khăn, thầy đã giảng giải cho tôi các nguyên lý: "Bí quyết để thành đạt". Ban đầu tôi chẳng hiểu điều thầy nói, nhưng về sau nó trở thành bảo bối của tôi: không những tôi đã học cách tự giải quyết những khó khăn hiện tại, mà tôi còn được rèn luyện cho những yêu cầu của cuộc sống tương lai.

Tất nhiên bây giờ tôi vẫn còn trải qua những hoàn cảnh khó khăn. Những lúc như vậy tôi thường tự hỏi: "Lúc này thầy sẽ mách bảo gì cho ta đây?". Rồi tôi hình dung ra gương mặt của thầy, giọng nói của thầy và lương tâm mách bảo tôi làm điều đúng đắn.

Có những khoảnh khắc trong cuộc đời, mọi người không tin tưởng nơi tôi. Tôi luôn nhớ tới lời thầy: "Người làm ta thực sự nổi đóa là khi anh ta khinh miệt người khác, cướp đi khả năng thành đạt và hạnh phúc của người khác". Không có ai lại tự cho mình quyền được phán xét người khác là: "Anh không thể mở mày mở mặt được đâu!" và chẳng bao giờ nên tự hỏi với mình điều đó.

Không phải ai cũng có diễm phúc tìm được người thầy như vậy. Bởi thế tôi đã viết cuốn sách này nhằm tổng kết những bí quyết quan trọng nhất để thành đạt mà tôi may mắn đã tiếp thu được.

Sách đã đề cập đến những sự xa xưa và đã được nhiều thế hệ trải nghiệm. Hầu hết mọi người đều am hiểu một vài điều trong số đó, song họ hiếm khi vận dụng nó. Vì vậy mới có những thông điệp bạn biết hôm nay, đến một thập kỷ sau bạn mới thấy ngỡ ngàng trước sự sâu sắc và mầu nhiệm của ý tưởng đó.

Khi bạn đọc sách này bạn sẽ cảm nhận 3 điều:

- **Thứ nhất**, hình như một vài bí quyết mâu thuẫn lẫn nhau. Có thể một số người tìm cách phê phán nó. Nhưng các bí quyết thành đạt liên quan đến cuộc sống của chúng ta. Mà cuộc sống thì đầy rẫy những nghịch lý. Những gì ta tưởng chừng đối lập với nhau thì trong thực tế nó lại thuộc về nhau trong một thực thể thống nhất.

- **Thứ hai** bạn sẽ phát hiện ra sự trùng lặp. Vâng, tôi xin thưa rằng: những bí quyết có quan hệ ràng buộc lẫn nhau. Chỉ khi chúng ta tìm hiểu các bí quyết này trong mối tương quan thì nó mới thực sự làm phong phú cho cuộc sống chúng ta.

- **Thứ ba**, bạn sẽ có nhận xét: thật không

đơn giản lúc nào cũng sống và làm theo bí quyết để thành đạt. Nhưng chúng ta có toàn quyền hành động cơ mà. Chúng ta có thể mọi lúc mọi nơi thay đổi cuộc sống chúng ta. Hoàn thành công việc và gặt hái thành quả không phải là do may mắn. Phần lớn nó là kết quả của một vốn sống nào đấy bắt nguồn từ những nguyên tắc nhất định. Nhận thức này không phải ai cũng chấp nhận. Nhiều người thích nhìn nhận nó như là "của trời cho". Để rồi họ có cơ nguy biệ n này khác. Nhưng sự thật là: chúng ta phải biết chọn lựa sự thành đạt tùy thuộc không nhiều vào hoàn cảnh ta gặp mà tùy thuộc vào cái ta đã làm trong hoàn cảnh đó.

Bạn và tôi, mỗi người trong chúng ta đều có khả năng trở thành những người thành đạt. Cuốn sách này là những "đơn thuốc" đầy đủ. Bạn hãy thử nghiệm ngay đi.

Tôi hy vọng, bạn sẽ tiếp cận "Bí quyết thành đạt" theo cách riêng của mình và dũng cảm hành động. Ba điều ước đặc biệt dành cho bạn:

- Hãy biến giấc mơ thành hiện thực
- Hãy làm phong phú cuộc sống thường nhật bằng những khoảnh khắc vàng
- Hãy trở thành Người có tên tuổi bằng sức vóc của mình.

***Thân ái***  
**Bodo Schafer của bạn**

Chú dẫn: *Những đề xuất giúp bạn khi nghiên cứu sách này, bạn có thể đọc trong Bí quyết thứ 6 trang 68 dưới tiêu đề: "Cứ làm đi".*

# BÍ QUYẾT I

## DÁM QUYẾT ĐỊNH

Ngày xưa ngày xưa có một con suối nhỏ chảy mon men đến gần một sa mạc hùng vĩ. Chợt nó nghe một giọng nói: "Nào, hãy bình tâm bước tiếp". Nhưng nó sợ hãi trước cảnh hoang sơ, lạ lẫm này. Nó lo lắng trước sự đổi thay. Thâm tâm nó vẫn muốn có thật nhiều nước và chảy dài cùng cuộc sống tươi đẹp nhưng bản thân nó lại chẳng muốn đổi thay dòng chảy, chẳng dám mạo hiểm.

Giọng nói nọ lại tiếp tục vang lên: "Nếu Người không dám cất bước thì chẳng bao giờ Người hiểu biết mảnh đất dưới chân Người. Hãy tin tưởng mọi việc rồi sẽ ổn thoả với Người trên vùng đất mới lạ này. Nào bình tâm chảy tiếp đi, suối nhỏ".

Thế rồi suối nhỏ quyết tâm bước tiếp. Và suối nhỏ cảm thấy ngọc thể bất an. Trên sa mạc, oi ả nóng nực ngày càng tăng lên, cuối cùng dòng suối nhỏ đã bốc hơi cạn kiệt. Những hạt nước li ti bay lên quần tụ lại trên cao thành những áng mây bay trên sa mạc. Những áng

mây lang thang ngày qua ngày vượt qua sa mạc để đến với biển cả. Rồi mây giăng mưa trên biển lớn.

Bây giờ thì tuổi nhỏ đã có một cuộc sống bội phần tươi đẹp hơn cả những giấc mơ ngày thơ ấu. Khi cưới sóng êm ái vượt trùng dương, tuổi nhỏ mỉm cười, suy ngẫm: "Ta đã nhiều lần biến đổi hình hài, nhưng chưa bao giờ ta lại hài lòng với bản thân mình như ngày hôm nay".

\*\*\*\*\*

Đối với nhiều người khi đưa ra một quyết định thật là nặng nề, khó khăn. Đặc biệt khi dám chấp nhận rủi ro. Khi đó thường là nỗi e ngại trước sự đổi thay, chuyển rời.

Hoàn cảnh mới sẽ đổi thay nhiều, từ thói quen hằng ngày, nơi ăn chốn ở, đến cộng đồng bầu bạn, người thân quen.

Tất cả đều có thể xáo trộn nhưng cái đổi thay lớn nhất là đổi thay trong bản thân bạn, tư duy của bạn.

Chính sự đổi thay này làm nhiều người lo lắng, băn khoăn. Bạn hãy tự vấn mình đi: Ta chấp nhận hoàn cảnh như ta đang có? Hay ta muốn ăn nên làm ra, ta muốn thăng tiến?

Tăng trưởng và mọi đổi thay luôn được dẫn dắt từ một quyết định. Bạn lo lắng cho một quyết định sai lầm là chính đáng. Bạn băn

khoản khi phải rời bỏ lãnh địa thân quen an toàn để đánh đổi lấy một cái gì đó hãy còn tiềm ẩn. Nhưng bước đi này đồng nghĩa với khả năng tăng trưởng: là tiềm ẩn những vận may lớn cho bạn.

## **QUYẾT ĐỊNH ĐỒNG NGHĨA VỚI ĐỊNH PHẬN**

Từ "quyết định" đã nhắc chúng ta rằng trong "quyết định" hàm chứa nội dung "định phận". Mọi quyết định luôn đi kèm theo một sự định phận. Khi quyết định là ta lựa chọn lấy một khả năng, đồng thời tách ta ra khỏi tất cả các khả năng khác.

Người thực sự đưa ra một quyết định nghiêm túc là người ý thức được mọi khả năng khác đều đã bật đèn đỏ đối với mình.

Ở những quyết định hệ trọng trong đời sống bao giờ chúng ta cũng phải lựa chọn giữa quá khứ và tương lai. Khi chúng ta quyết định gắn bó với mục tiêu khác, có nghĩa là chúng ta đã quyết tự tách mình với những giấc mơ, những ảo ảnh để xây đắp cho một tương lai đang định hình. Hoặc chúng ta có thể buông xuôi để có được đôi tay tự do đi tìm mục tiêu và giấc mơ khác.

Bạn không thể đứng núi này trông núi nọ. Bạn phải tự quyết định hoặc ở lại với quá khứ



an toàn của bạn hay chia tay với quá khứ để đến với tương lai với những khả năng mới và thực hiện những ước mơ của mình.

Bạn hãy quyết định đi! Bạn muốn níu kéo lấy quá khứ ư? Hay bạn chọn lựa cơ hội cho một tương lai giàu có? Chỉ mình bạn biết được đáp án.

Tự bạn mới biết được liệu mình có thực sự hạnh phúc với cuộc sống hiện tại hay không, hay mình cần phải thay đổi một cái gì đấy?

Những biến động luôn khởi đầu bằng những quyết định. Mà quyết định bao giờ cũng gắn liền với định phận, với được và mất. Nó đòi hỏi lòng dũng cảm.

## **AI KHÔNG DÁM QUYẾT, NGƯỜI ẤY TỰ TRỎI MÌNH**

Bạn có biết ở Phi châu người ta bắt những chú khỉ như thế nào không? Người thợ săn đặt một hòn đá cỡ bằng quả trứng gà vào một hốc cây. Chú khỉ đã sờ thấy hòn đá nọ và muốn kéo nó ra khỏi hốc. Nhưng miệng hốc cây quá bé. Tất nhiên chú khỉ có thể dễ dàng rút tay ra khỏi hốc, nếu chú bỏ hòn đá ra. Nhưng chú đã không đủ bản lĩnh để làm điều đó. Và cuối cùng người thợ săn đã bắt được chú bằng cách thong thả trùm lên người chú một chiếc bao tải.

Phải chăng, đôi khi chúng ta bị quá khứ giam hãm, bởi một điều gì đấy hoặc một sự yên ổn chẳng? Để rồi chúng ta chịu bó tay trước việc làm cho cuộc sống của mình trở nên hạnh phúc hơn. Đây là lúc mà chúng ta phải trả lời mọi câu hỏi rất cơ bản: "Bạn mong muốn đạt được điều gì trong cuộc sống của bạn?".

Roosevelt một lần đã nói: *"Tốt hơn là mạo hiểm làm một việc lớn, nâng cốc mừng đại thắng cho dù có khi sai lầm hoặc chịu mất mát tương đau. Còn hơn là đứng vào hàng ngũ những con chiên: chất phác, giản đơn, những con người ít biết đến niềm vui lẫn nỗi đau. Bởi vì họ sống trong miền sáng tối, nơi chẳng hề có thành công và thất bại"*

Người thành đạt sống thoáng, không lùi bước trước khó khăn, biết chấp nhận rủi ro. Vì họ hiểu rằng biết hy sinh cái nhỏ sẽ được cái lớn. Sự nghèo hèn đối với hầu hết người châu Âu không có nghĩa là chịu đói khát mà là phải sống những tháng ngày ngổ ngẩn, vô bổ.

Thật là khác biệt khi người vào cuộc chơi chỉ nhằm không thua cuộc, với người lao vào cuộc chơi là để giành chiến thắng. Ai cố gắng để không thua cuộc, người đó chỉ tập trung vào chống rủi ro, tránh hiểm nguy. Người vào cuộc với ý đồ thắng cuộc, anh ta luôn tìm cơ hội để chiến thắng. Bạn nghĩ sao, trong hai con người ai là người cảm thấy hạnh phúc hơn.

## **NGUYỄN NHÂN KHÔNG ĐƯA RA ĐƯỢC QUYẾT ĐỊNH**

### **1. Nhiều người cho rằng, suốt đời phải theo đuổi một nghề**

Việc chọn lựa nghề nghiệp ở nhiều người thường xảy ra ở tuổi niên thiếu (ngờ nghếch, vụng dại). Có khi đối với người này quyết định như vậy là tốt thì ở người khác lại không. Rồi một lúc nào đó, họ phải thay đổi quyết định. Vấn đề quan trọng là ở chỗ: Bạn có yêu mến công việc của mình không? Cuộc đời thì quá ngắn ngủi để ngày ngày chạy theo một công việc mà mình không thực sự yêu thích. Bất luận nghề gì, bạn cũng phải chấp nhận một cuộc đua tranh với những đồng nghiệp thực sự yêu mến công việc.

### **2. Nhiều người nghĩ rằng: "Hạ hồi phân giải"**

Những ai không thể đưa ra quyết định, người ấy đánh mất lòng tự tin. Không kể những trường hợp "bất khả quyết". Ngay cả khi bạn không quyết định, thì chính là lúc bạn đã quyết định đấy. Bạn đã chọn lựa: tất cả vẫn như cũ. Hoặc bạn chọn phương án "bất phân thắng bại": hòa hoãn. Tình trạng này tốn phí quá nhiều công sức. Bạn luôn bị ràng buộc, ám ảnh, chẳng thể nào tự do vận động. Tuy nhiên nhiều người

nói rằng: quyết muôn một tí cũng chẳng sao. Bạn hãy hình dung: mục tiêu của bạn đặt trên băng chuyền, nó luôn chuyển động và xa dần bạn. Nếu bạn trì hoãn một thời gian mới quyết định thì mục tiêu đã tuột khỏi tầm tay, thời cơ đã mất.

### **3. Nhiều người lo lắng cho một quyết định "sai lầm"**

Ở đây hoàn toàn không tồn tại khái niệm "sai lầm". Khi bạn quyết định là bạn đã chọn cho mình một con đường. Vì vậy bạn chẳng bao giờ biết được, cuộc đời mình sẽ ra sao, nếu mình lựa chọn khác đi.

Một ví dụ: Năm nay bạn đang cân nhắc để quyết định đi nghỉ "lên rừng" hay "xuống biển". Và bạn đã chọn lựa vùng núi. Đáng tiếc ở đó mưa dầm dề suốt cả 10 ngày phép của bạn.

Chắc mọi người đều nói rằng: "Tôi đã quyết định sai lầm". Đúng không? Chưa hẳn. Bởi vì bạn còn chưa biết, điều gì sẽ xảy ra đối với bạn khi đi biển. Biết đâu bạn bị ngộ độc thức ăn và phải nằm bẹp trên giường cho đến hết phép. Trong khi ở vùng núi có khi bạn lại làm quen được với "Người đẹp trong mơ". Trong cái rủi có cái may. Như vậy cái đánh giá ban đầu "quyết định sai lầm" không còn nặng nề nữa. Sự thật là: chúng ta chẳng bao giờ biết chính xác, liệu có tốt hơn nếu ta quyết định

khác đi. Chính vì ta không biết chắc điều gì còn xảy ra trong cuộc sống của chúng ta. Suy đi tính lại chắc bạn tâm đắc rằng: mọi quyết định đều vẫn tốt hơn là không quyết gì cả.

#### **4. Nhiều người lại cho rằng họ có thể đưa ra quyết định một cách dễ dàng mà không ngại rủi ro.**

Một quyết định lý tưởng có lẽ là một quyết định khi không còn phương án thứ hai. Vì vậy mọi người có khuynh hướng chờ cho đến khi chỉ còn lại một phương án khi phương án kia đã đánh mất tính hấp dẫn của nó. Chúng ta đã ngộ nhận - vì lúc này thực ra không còn là một quyết định nữa mà cũng chẳng có sự lựa chọn nào. Chỉ khi bạn cân trọng cân nhắc, đánh giá cả hai phương án, thì sự lựa chọn mới có sức thuyết phục. Khi bạn đánh giá càng kỹ lưỡng phương án bị loại trừ thì phương án được chọn lựa càng có giá trị. Nếu bạn biết tự trọng, hãy sớm đưa ra các quyết định.

### **LÚC ĐƯA RA QUYẾT ĐỊNH LÀ LÚC TA XÁC ĐỊNH SỐ PHẬN MÌNH**

Bạn hãy hình dung trong vài năm tới có một con người mới bước vào đời sống của bạn. người ấy sẽ có chìa khoá nhà và ô tô của bạn.

Anh ta sẽ sống trong ngôi nhà của bạn, ngồi chung bàn với bạn. Anh ta sử dụng mọi thứ mà bạn phải vất vả làm việc mới sắm được. Anh ta sẽ nhòm ngó vào sổ tiết kiệm của bạn và kiểm tra xem vài năm trở lại đây bạn có thực sự làm được cái gì không. Và khi bạn nhìn kỹ vào gương bạn sẽ nhận ra anh ta. Người ấy chính là bạn. Bạn đã sáng tạo ra con người ấy bằng những quyết định và những việc làm hôm nay.

Dáng dấp con người này ra sao? Anh ta sẽ sống như thế nào? Anh ta sẽ làm gì? Bạn bè là những ai? Anh ta có là người vui tính, có sống hết mình hay không? Tất cả đều tùy thuộc vào những quyết định của bạn hôm nay. Những người ít có lòng tự trọng, thường hay lo giữ mình, chẳng bao giờ dám mạo hiểm điều gì. Họ sống dựa dẫm, bám víu lấy những điều mà nhiều khi bản thân họ cũng chẳng thích thú gì. Nhưng điều rủi ro lớn nhất vẫn còn, đấy là trong tương lai họ phải chịu đựng một cuộc sống buồn tẻ. Vì vậy có lần một người rất thành đạt đã nói "Tại sao bạn không dám đối mặt với hiểm nguy, bạn có ở trên cao đâu mà bạn sợ ngã".

Người thành đạt quan tâm tới những điều họ thực sự kỳ vọng. Họ quyết định nhanh và kiên trì phấn đấu. Ngược lại nhiều người khác quyết định rất chậm, song lại chóng vánh rời bỏ mục tiêu. Người thành đạt có khả năng quyết định nhanh vì họ biết rõ, họ mong muốn điều

gì, vì họ hiểu rằng một quyết định tồi bao giờ cũng còn tốt hơn là chẳng quyết được gì cả. Chìa khoá của khả năng quyết định nhanh chính là biết tự lượng sức mình.

### ***Thực hành:***

Hôm nay ta sẽ nâng cao khả năng đưa ra quyết định của mình bằng cách hạ quyết tâm tiến hành các bước sau:

1. Rèn luyện khả năng quyết nhanh. Hãy hình dung trong mình có một "lực quyết định", mà mỗi khi ta đưa ra một quyết định nhanh là một lần ta tăng cường nó. Có những người xem xét thực đơn hàng 15 phút để rồi chỉ đặt món mì ống Italia. Bạn hãy dự định hôm nay phải quyết định trong vòng 30 giây, món ăn và đồ uống cho mình. Dù có phải ăn những thứ mà mình cảm thấy chẳng ngon miệng chút nào. Đúng, mọi việc nhỏ nhặt ta phải quyết trong vòng 30 giây.

2. Trong mọi quyết định hãy tự hỏi: quyết như thế này đã hợp lý chưa? Và quyết định này có mang lại hạnh phúc cho ta và những người quanh ta? Cứ như vậy mà mỗi người học cách tư duy độc lập.

3. Hãy viết ra đáp án cho những câu hỏi: Trong vòng năm năm tới ta sẽ là ai? Ta muốn làm gì? Ta muốn có gì? Tất cả mọi quyết định đều phải hướng tới những mục tiêu này. Hãy

sẵn sàng gạt bỏ mọi việc mà mình thực sự chẳng thích thú. Có như vậy ta mới có đôi tay để dành cho những giấc mơ.

4. Hãy cân nhắc, liệu còn có một quyết định nào "khó khăn" không mà từ lâu ta không quyết được. Hãy liệt kê ra những khả năng chọn lựa. Rồi suy nghĩ đi, liệu ta có thể trao đổi với một vài chuyên gia. Nhưng trước hết phải đặt ra cho mình một hạn định cuối cùng bao giờ thì phải dứt điểm.



## BÍ QUYẾT 2

### LUÔN HỌC TẬP VÀ TRƯỞNG THÀNH

Theo một truyền thuyết Ấn Độ thì ban đầu Thượng đế đã sáng tạo ra một con sò và đặt nó xuống đáy biển. Ở đấy, con sò sống âm thầm, lặng lẽ. Suốt ngày nó chẳng làm gì khác ngoài việc mở miệng ra để cho một ít nước biển chảy qua, rồi lại ngậm miệng lại. Ngày qua tháng lại đối với nó chẳng có gì khác hơn là há miệng, ngậm miệng, há miệng, ngậm miệng...

Sau đấy Thượng đế lại sáng tạo ra chim phượng hoàng. Người cho chim tự do bay lượn và chinh phục non cao. Đối với phượng hoàng hầu như thế giới là vô biên. Tất nhiên sự tự do của phượng hoàng cũng có giá của nó. Hàng ngày nó phải vất vả săn bắt. Chẳng thể há miệng chờ sung. Khi có con, nó thường phải săn bắt suốt ngày mới kiếm đủ thức ăn. Ấy thế mà nó lại thích thú.

Cuối cùng Thượng đế đã sáng tạo ra Con Người và trước tiên dẫn anh ta đến với nhà sò và tiếp đến với chim phượng hoàng. Rồi Người

phán quyết: Người hãy quyết định đi, cuộc sống nào người muốn chọn lựa.

## LIÊN TỤC HỌC TẬP VÀ TRƯỞNG THÀNH

Chúng ta có cơ hội chọn lựa giữa hai lối sống. Đời sò dành cho những ai chẳng muốn mở mang "bờ cõi". Cái giá phải trả là họ phải suốt đời: "sáng cắp ô đi tối xách về".

Napoleon từng nói: *"Có người chết sớm vì ăn quá nhiều, kẻ khác lại chết vì uống quá nhiều, nhưng lại có người đơn giản chỉ buồn phiền mà chết vì họ chẳng biết làm gì khác"*.

Người quyết định sống đời chim phượng hoàng, hẳn anh ta đã chọn con đường không mấy dễ dàng. Hầu như chỉ có một khả năng duy nhất để đi trọn con đường: ta phải lấy học tập và trưởng thành làm niềm vui cuộc sống.

Càng học tập và lớn mạnh ta càng cảm thấy tự do hơn. Triết lí nhân sinh: "Liên tục học tập và trưởng thành" xây dựng trên bốn nhận thức.

### **1. Trưởng thành là một phần của sự di truyền nòi giống**

Nhờ đâu mà ta nhận biết được một vật gì đó đang sống? Tất cả, mọi thứ đang sống đều phải lớn lên. Nhờ vậy mà phân biệt được đá và

san hô. Cái gì đó ngưng lại, không lớn lên và không biến đổi. Nó đã chết. Mục 1: Đề cập tới vấn đề "Trưởng thành" là một quy luật của cuộc sống. Vấn đề không chỉ đơn giản lớn lên, mà còn là sự tiến hoá, là sự tăng trưởng có mục tiêu. Trưởng thành để khẳng định khả năng tồn tại và phát triển.

## **2. Học hỏi và trưởng thành là một nhu cầu cơ bản của con người**

Khi quan sát trẻ em quanh ta, chúng ta đều phát hiện ở chúng bản năng sinh trưởng và học hỏi. Chúng luôn luôn muốn phát hiện, tìm hiểu, so sánh và nâng cao những khả năng ấy.

Vì vậy chúng thích phiêu lưu, mạo hiểm và rất liêu lĩnh. Người ta thường tự hỏi, do đâu mà trẻ nhỏ lại có đủ nghị lực để hăng say như vậy. Phải chăng con người càng có nhiều nghị lực khi họ sống để thoả mãn mọi nhu cầu của mình.

Bạn hãy quan sát và so sánh ở người lớn, những người không còn nhu cầu học hỏi và trưởng thành nữa. Quả thực họ chỉ suy nghĩ làm thế nào sử dụng thời gian tốt nhất, nhưng hầu hết xem ra cũng chẳng mấy hạnh phúc.

Nguyên nhân thật đơn giản, khi ta ngừng hoạt động và thôi học hành, cuộc sống sẽ trở nên vô nghĩa và trống rỗng. Những nhu cầu không được đáp ứng lấy mất của chúng ta niềm

vui sống và thui chột nghị lực chúng ta.

### **3. Không có tôn giáo nào lại không hướng con người tới cái thiện**

Ở đây hãy khoan bàn tới tín ngưỡng mà hãy chú ý đến một thực tế: các tôn giáo trên thế giới đều biểu hiện những nỗi khát khao của chúng sinh. Và họ cần được giúp đỡ để thực hiện những khát vọng ấy: những khát vọng về sự giải thoát, điều thông tuệ, về đức tin, về hoà bình, về một cuộc sống tốt đẹp và về tình yêu... Tất cả đều với điều kiện bạn hãy biến đổi mình đi. Không có tôn giáo nào lại dạy "con không được thay đổi thân xác".

### **4. Đúng cho mọi ngành kinh tế và mọi loại hình công ty**

Cuộc sống không bao giờ có sự ngưng nghỉ. Một công ty đang lớn mạnh hoặc sẽ lui tụt. Những ai tìm cách "trụ hạng", về lâu dài sẽ thất bại trong cuộc cạnh tranh. Ai hoạt động kinh tế luôn phải học tập và tăng trưởng, nếu không anh sẽ đuối sức.

Tiến sĩ E. Deming định nghĩa về khái niệm chất lượng như sau: "*Chất lượng không chỉ có nghĩa là đạt tiêu chuẩn đề ra mà trong cuộc sống sôi động phải luôn biết tìm cách nâng cao chất lượng sản phẩm*".

Không thể có hạnh phúc nếu chúng ta chống lại quy luật cuộc sống, quy luật tiến hoá,

chống lại nhu cầu của chúng ta, khát vọng của chúng ta và chống lại mọi tư duy thông tuệ về kinh tế.

Học tập và trưởng thành là một phần của lý tưởng sống. Không có con đường nào khác.

## **MỘT QUYẾT ĐỊNH THƯỜNG LẬP LẠI TRONG ĐỜI**

Cứ cho rằng tại một thời điểm nào đấy trong cuộc đời chúng ta đã quyết định hẳn hoi chọn một trong hai lối sống. Trong thực tiễn chúng ta lại luôn phải khẳng định lại điều đó.

Chúng ta phải luôn tìm cách vượt lên chính mình, để đọc sách, để viết báo, dự hội thảo và giao tiếp với những người ta có thể học hỏi.

Có hai nguyên nhân chính làm cho người ta ngưng học tập và tiến bộ: nguyên nhân thứ nhất cho rằng chẳng thể nào khá hơn được. Chúng ta luôn có thể học hỏi và tiến bộ thêm nữa. David Bowie nói rằng: "Tại cái ngày mà bạn nghĩ rằng: mình chẳng thể nào khá hơn được là lúc bạn bắt đầu ca hát, cho dù chỉ là những "bài ca đi cùng năm tháng".

Nguyên nhân thứ hai là sự lãnh đạm, thờ ơ. Nhiều người ngả theo chiều hướng này, vì xem ra nó có vẻ vô thưởng vô phạt. Nhưng thực ra nếu chúng ta ngưng học tập và trưởng thành

thì chúng ta không tránh khỏi sự sa sút tới mức tầm thường trong lối sống, trong cách ứng xử.

Thật nguy hiểm khi ta chấp nhận: "Tôi một chút cũng chẳng sao"

## CẠM BẦY CỦA CHÚ ẾCH

Điều gì xảy ra khi ta ném một chú ếch thông minh vào chậu nước nóng? Nó quyết định ngay: "ở đây khó chịu quá, ta phải chuồn thôi." Thế là chú nhảy ra. Nhưng nếu ta đặt cũng chú ếch ấy vào nồi nước lạnh và để lên bếp rồi đun nóng dần. Điều gì sẽ xảy ra. Chú ếch nằm thư giãn, cảm thấy có nóng nực lên thực, song chú nghĩ: "Nóng một chút cũng chẳng sao!". Chẳng bao lâu sau chú đã bị luộc chín.

Về đạo đức: nhiều điều xảy ra rất từ từ trong cuộc sống. Ví dụ như việc nợ nần. Nếu một sáng khi tỉnh giấc, bạn chợt nhớ rằng mình còn món nợ 68.000 USD, lúc bấy giờ bạn có thể yên tâm được không? Tất nhiên là không. Nhưng nếu như mọi việc cứ từ từ mà đến, nay nợ 9 USD, ngày mai nợ 14 USD, chuyện vặt!... Cứ như vậy mà ta quen dần, không quan tâm đến nó nữa. Nhưng mọi việc trên đời này đều có thể làm một con tính cộng. Đến một lúc nào đấy bạn có thể chẳng còn trốn chạy nợ nần được nữa hoặc ăn ngủ chẳng yên với nó.

Nếu một hôm bạn chợt biết mình tăng 30 kg, chắc rằng bạn rất lo lắng. Ngược lại, chẳng hề chi, nếu tháng này ta lên một cân, tháng sau thêm một cân nữa, rồi ta lại quen đi, chẳng để ý gì đến vấn đề tăng cân nữa.

Trường hợp cạm bẫy của chú ếch cảnh báo chúng ta chớ có coi thường những điều nhỏ nhặt. Vì tất cả những điều vặt vãnh "tích tiểu thành đại" kia đều có thể đưa ta gần tới mục đích hoặc ngược lại dần đưa ta xa rời nó. ở đây không có giải pháp "dung hoà". Vì vậy chúng ta phải luôn tự hỏi "Minh đang đi theo hướng nào đây?"

## SỰ SO SÁNH DÀI HỜI

Hình như chẳng có vấn đề gì, dù hôm nay ta ăn một quả táo hoặc một thanh sôcôla, đọc một cuốn sách hay hoặc xem một vở kịch "vô thưởng vô phạt" trên ti vi, dù hôm nay ta tiết kiệm được 10 USD hay đã tiêu pha mất 10 USD. Nhưng sau 10 năm ta sẽ thấy rõ sự khác biệt rõ rệt. Sôcôla, kịch "lá cải" và tiêu pha dẫn tới béo phì, tính hời hợt và sự nghèo túng. Hoa quả, sách hay và sự tiết kiệm sẽ đưa đến sức khỏe, hiểu biết và sự sung túc.

Chẳng ai dám kỳ vọng rằng mọi quyết định của mình đều là những quyết định thông

minh. Nhưng cuộc đời lại là tổng số của tất cả những quyết định của chúng ta. Một người bố muốn được làm việc yên tĩnh, đã tìm cho cậu con một việc gì đó để cậu bận rộn chốc lát. Vì vậy, ông ta đã xé một bản đồ thế giới, tìm thấy trong một tạp chí ra làm nhiều mảnh nhỏ. Rồi ông yêu cầu cậu bé lắp ghép lại chiếc bản đồ. Cậu bé quay lại chỉ sau ít phút với tám bản đồ được lắp ghép chính xác trước sự ngạc nhiên của ông bố.

Người bố không sao tin được, làm thế nào mà con ông hoàn thành việc đó một cách chóng vánh như thế. Cậu bé giải thích: "Mặt sau của tám bản đồ là bức chân dung của một người đàn ông. Nó thật là dễ lắp ghép. Con đã nghĩ rằng: nếu ông ta hoàn hảo thì thế giới tất cũng phải hoàn hảo".

Đây là vấn đề cốt lõi của ý tưởng "luôn học tập và trưởng thành". Chúng ta đồng ý với nhau rằng mọi quyết định của chúng ta dù lớn dù nhỏ đều xác định tương lai của chúng ta sẽ như thế nào. Nếu chúng ta tốt đẹp thì thế giới của chúng ta cũng sẽ tươi đẹp.

## **HUẤN LUYỆN VIÊN PAT RILEY**

Người huấn luyện viên thành đạt nhất trong lịch sử bóng rổ nước Mỹ là Pat Riley. Các



cầu thủ của ông ở Los Angeles vào năm 1986 đã tin chắc rằng ông không thể tiến xa hơn được nữa.

Lúc ấy ông động viên họ hãy cố gắng thêm 1% nữa thôi. Một phần trăm xem ra quá ít ỏi và buồn cười. Nhưng Riley đã làm con tính cho họ: nếu 12 cầu thủ tìm cách nâng cao năng lực của mình trong năm lĩnh vực bóng rổ thêm 1% thì toàn bộ sẽ chơi hiệu quả hơn 60%. ông còn giải thích cho cầu thủ: có thể chỉ cần 10% cũng đủ để đoạt cúp. Một phần trăm rất có thể đạt được dễ dàng hơn. Cứ như vậy các cầu thủ đã cố gắng và họ đoạt chức vô địch không mấy khó khăn. Giả sử rằng bạn quyết định cải thiện thêm 1% trong năm lĩnh vực của cuộc sống, đó là sức khỏe - mối quan hệ - tài chính - sự nhạy cảm và công việc. Nếu tháng nào bạn cũng làm như vậy thì chỉ sau một năm bạn đã biến mình thành con người hoạt động 60% hiệu quả hơn năm ngoái.

## **TÁC DỤNG TƯƠNG HỒ GIỮA HỌC TẬP VÀ TRƯỞNG THÀNH**

Từ đâu mà người ta đặt ra nguyên tắc: luôn học hỏi và trưởng thành. Câu trả lời có thể làm bạn ngỡ ngàng: chúng ta cần một loại thần dược. Bí quyết của thần dược là ở chỗ nào?

Liều thuốc thần dược này chính là môi trường quanh ta, nó tác động lên bạn thường là vô thức. Nó thúc đẩy chúng ta đưa ra các quyết định hàng ngày. Nó cũng là sách vở, cái chúng ta đọc, bài vở mà chúng ta viết và những cuộc hội thảo chúng ta tham dự.

Trước mọi khó khăn, chúng ta cần sự giúp đỡ. Những thần tượng mà chúng ta ngưỡng mộ, noi theo nằm trong sách vở, báo chí mà ta tâm đắc, đã giúp chúng ta thấu hiểu bản thân chúng ta và cuộc sống của chúng ta, giúp chúng ta rút ra bài học từ những lầm lỗi và kiến tạo lòng tự tin. Rồi những cuộc hội thảo, tọa đàm giúp chúng ta cọ xát, giao lưu và chỉ cho ta những nẻo đường mới.

Càng học hỏi và trưởng thành ta càng cảm thấy bức xúc phải học hỏi và trưởng thành. Nó trở thành bản chất của chúng ta từ lúc nào không hay biết. Học hỏi và trưởng thành có tác dụng tương hỗ là ở chỗ đó.

Người thành đạt hay tò mò. Họ muốn tìm hiểu các nhân vật mà họ muốn trở thành, mà họ coi là thần tượng. Người thành đạt tận dụng lời khen ngợi lẫn ý kiến khiển trách để luôn học hỏi và trưởng thành. Qua đấy họ tìm thấy được sự ứng xử đúng đắn. Họ tiếp nhận lời khen, nhưng không tự mãn, họ lo lắng trước những lời khiển trách, nhưng không tới mức bi quan, thất vọng.

Ai không trả lời được trong cuộc vấn đáp, thì không có cơ hội đi tiếp vào vòng trong. Cuộc sống cũng tương tự như vậy. Đối với những người thành đạt "luôn học tập và trưởng thành" có nghĩa: cứ mỗi năm họ lột xác dần con người xưa cũ của họ và tiếp cận dần tới những thần tượng của mình.

### ***Thực hành***

Hôm nay tôi sẽ củng cố thói quen của mình, luôn học tập và trưởng thành, bằng cách hạ quyết tâm thực hiện các bước sau đây:

1. Dự kiến đọc ít nhất 2 cuốn sách hay mỗi tháng. Dần dần tôi sẽ đọc một đến 2 cuốn mỗi tuần.

2. Tôi cần nhắc xem những hội thảo nào mình có thể tham dự.

3. Bên cạnh ký sự thành đạt sẽ để thêm 2 tập ký sự khác:

Một ký sự nhận thức: ở đây tôi ghi chép tất cả mọi sai lầm và những bài học rút ra từ đấy

Một ký sự ý tưởng: trong đó ghi lại tất cả ý tưởng của tôi.

4. Tôi liệt kê một danh sách gồm 10 nhân vật tôi rất thích tìm hiểu để học hỏi nơi họ.

5. Quyết tâm mỗi ngày đọc một chương trong cuốn sách này.

## **BÍ QUYẾT 3**

### **HÃY SỐNG HẾT MÌNH CHO HÔM NAY**

Sau một tuần làm việc căng thẳng, bà chủ doanh nghiệp nọ đã đi ra bờ biển để được thực sự nghỉ ngơi. ở đây bà đã làm quen với Melony, một cháu gái nhỏ. Cháu gái sống với mẹ trong một túp nhà lá ngay gần biển. Cô bé vui tính đã nhanh chóng chinh phục được nữ doanh nhân. Họ chơi cùng nhau thoải mái trên bãi cát. Khi đã mệt nhoài họ nghỉ ngơi chốc lát, đúng lúc một cánh chim én bay qua. "Ô, niềm vui đang bay kìa" cháu gái bình luận.

"Cái gì bay vậy?"

"Niềm vui! Mẹ cháu thường bảo chim én mang đến niềm vui", chiều tối nữ doanh nhân đã chia tay cháu bé và lái xe về nhà.

Mỗi khi cảm thấy mình lại cần dùng một liều "chim én", bà lại đánh xe đi biển đến với Melony. Họ đã có những kỷ niệm thật vui vẻ. Đôi lần họ ngồi cùng nhau nhìn những cánh én. Một thời gian sau bà cũng cảm thấy cánh én mang đến niềm vui.

Bằng một cách rất riêng của mình họ đã trở nên đôi bạn. Một hôm nữ doanh nhân ra

biển lòng rất buồn rầu. Như mọi khi bé Melony chào bà rất vui vẻ. Nhưng bà chỉ muốn ở lại một mình: "Hôm nay cô không có hứng thú để chơi với cháu. Mẹ cô vừa mất. Hãy để cô lại một mình"

"Cô có buồn đau khi mẹ cô mất?"

"Tất nhiên là cô rất buồn đau" bà ta đáp lời rồi để mặc cháu bé đứng đấy. Bà quá chìm đắm vào nỗi đau của mình.

Một vài tuần sau đó khi đã nguôi ngoai, bà muốn tìm gặp Melony. Bà cảm thấy rằng ít nhiều mình cũng có lỗi. Thế là bà đánh xe ra bờ biển. Nhưng bà đã không tìm thấy Melony đâu cả. Sau đấy bà đi về phía chiếc lán. Một thiếu phụ trẻ, vẻ rất buồn rầu mời bà vào nhà.

Nữ doanh nhân tự giới thiệu. "Tôi chẳng thấy Melony ra chơi. Cháu vẫn thường chơi đùa với tôi rất vui vẻ. Cháu trốn ở đâu vậy?"

"Cháu đã mất được tuần nay. Cháu bị ung thư máu. Có lẽ cháu không kể với bà." Bất chợt nữ doanh nhân lặng đi vì đau đớn. Người mẹ tiếp tục "Cháu rất yêu mến vùng biển này. Và khi cháu yêu cầu tôi dọn đến ở đây, tôi đã không thể từ chối. Ở đây hình như cháu khá lên rất nhiều. Cháu đã có một số ngày rất hạnh phúc ở đây. Thế rồi bỗng nhiên sức khỏe của cháu suy sụp rất nhanh..." - giọng thiếu phụ lạc hẳn đi trong đau đớn, "Cháu, cháu...Melony có yêu cầu tôi trao cho bà một cái gì đấy. Tôi sẽ

tìm ngay đây". Người mẹ mang ra cho bà một phong bì tô màu sắc sỡ, trên đó ghi "tặng bạn gái của tôi".

Bên trong bà tìm thấy một bức tranh tự vẽ về vùng biển của cháu: cát trắng, biển xanh và một con chim én lớn. Bên dưới được viết nắn nót: "Chim én mang niềm vui đến cho cô".

Nữ doanh nhân không cầm được nước mắt. Bà ôm choàng lấy mẹ Melony. Bây giờ bức ảnh được treo trên bàn làm việc của bà để bà luôn nhìn thấy nó. Quà tặng của một bé gái, người đã dạy bà biết "niềm vui".

\*\*\*\*\*

Đôi khi phải trải qua những bi kịch chúng ta mới bừng tỉnh, mới thoát khỏi sự u mê để nhận thức được những điều hệ trọng. Chúng ta thường quá bận rộn để thưởng ngoạn những khoảnh khắc tươi đẹp trong đời hay để nói lời cảm ơn với những người quanh ta.

## **NHỮNG VẬN HẠN**

Nhiều người trong chúng ta đã từng trải qua những bi kịch và phải chịu đựng nhiều vận hạn. Có lúc xảy ra những chuyện mà ta không sao hiểu nổi. Có việc hình như vượt quá sức

mình. Những tai họa như bệnh tật hiểm nghèo và cái chết phụ thuộc vào cuộc sống. Chẳng ai tránh được điều đó. Vấn đề là chúng ta phản ứng như thế nào? Chúng ta đi tìm lời giải đáp ư? Chúng ta phàn nàn với thượng đế ư? Tìm cách đổ lỗi cho ai ư? Hay tự chúng ta trong một tình huống như vậy, nên chẳng hãy cố phát hiện ra một "mảng sáng?"

Khi Robin, bé gái của George và Barbara Bush, chết ở tuổi lên ba, cách ứng xử của bố mẹ cháu thực đáng cảm phục: "Chúng tôi vui mừng vì trái đất này, nơi con gái của chúng tôi lúc sinh thời đã từng nô đùa, cũng thuộc về chúng tôi. Tại sao chúng tôi không muốn buồn đau trước sự ra đi của cháu. Mà muốn cảm ơn thời gian chúng tôi được sống bên nhau. Anh George và tôi quý mến, kính trọng mọi người hơn vì Robin. Cháu sống mãi trong tim chúng tôi, trong những kỷ niệm và việc làm của chúng tôi. Chúng tôi không khóc thương cháu nữa, cháu là một phần đời hạnh phúc và tươi sáng của chúng tôi".

## HÃY BIẾT THƯỞNG NGOẠN NHỮNG KHOẢNH KHẮC

Chúng ta cần luôn nhớ rằng quý giá biết bao mỗi con người ta gặp, kỳ lạ biết bao những

giây lát ta qua. Đáng tiếc khi chúng ta nhìn nhận nhiều việc như là sự đương nhiên và tin rằng thời gian còn nhiều vô hạn.

Chỉ khi đối mặt với một mất mát ta mới kịp nhận ra rằng mỗi khoảnh khắc thực sự là một món quà. Bao nhiêu món quà ta để trượt khỏi tay, hay thậm chí bỏ quên, chỉ vì chúng ta quá tập trung vào những lo toan và vào những việc tưởng là "hệ trọng hơn".

Điều chúng ta cần là "khoảnh khắc". Chúng ta nên tự hỏi trong mọi lo toan, trong mọi vấn đề: "Năm năm sau những vấn đề này đem lại cho ta được cái gì?"

Có khi chẳng có gì cả. Có khi còn lại "thân tàn ma dại", nếu chúng ta cứ sa đà vào những tiêu cực của cuộc đời và mãi tôn vinh những điều ngớ ngẩn.

Ngược lại, chúng ta có thể sở hữu những khoảnh khắc khả dĩ làm ta rung động. Những "khoảnh khắc huyền ảo", những giây phút thần tiên ấy mang đến cho ta tràn đầy hạnh phúc và sự bình yên. Biết bao lần chúng ta đã bỏ qua những cơ hội như thế...



## THIẾU PHƯƠNG THỨC TIÊN TIẾN QUẢN LÝ THỜI GIAN

Quá trình tiến hành quản lý thời gian bộc lộ ra bốn yếu điểm:

**1. Nhiều người mặc dù đã sử dụng chuyên gia và cả tổ chức kế hoạch hoá, song vẫn cảm thấy thiếu thời gian.**

Quản lý thời gian hầu như chỉ tìm cách trói chặt con người vào 8 giờ làm việc tại công sở. Nê ra công tác quản lý thời gian phải làm dôi dư thêm thời gian, thì hầu hết các giải pháp kỹ thuật lại chiếm dụng thời gian.

**2. Đặt trọng tâm vào mục tiêu tiết kiệm từng phút, trong khi nhiều người khác lãng phí hàng năm.**

Ai không nắm chắc mục tiêu, mà chỉ lo quản lý thời gian tốt, người ấy sẽ nhanh chóng đi đến mục tiêu sai. Bằng những phương thức này chúng ta chẳng làm được việc lớn. Điều quan trọng nhất không được chú ý tới, đấy là tìm cho ra điều gì thực sự có ý nghĩa đối với chúng ta.

Ta tôn vinh chiếc đồng hồ và quên lãng chiếc la bàn. Chúng ta chẳng hề chú ý, bằng phương thức này, cái gì đang đối lập với chúng ta. Hầu hết khi chúng ta phát hiện ra thì đã quá muộn.

**3. Tất cả những gì trước nay không có được gom vào cuối sổ thành mục "linh tinh".**

Cả đến con người đáng kính cứ theo cung cách này sẽ được xếp vào loại "quấy rối". Đặt ra "kỳ hạn" để phục vụ chúng ta, chứ chúng ta không chạy theo "kỳ hạn". Ai gắn chặt mình với chỉ tiêu, kế hoạch, kỳ hạn người ấy chỉ sống cho tương lai. Theo phương thức này chúng ta sẽ chẳng bao giờ được thưởng ngoạn hiện tại. Và chúng ta sẽ không đánh giá được giá trị của một con người. Con người cần giữ gìn tính ưu việt.

**4. Lương tâm chúng ta cần rút, mỗi khi chúng ta chẳng có việc gì để làm. Chúng ta rơi vào sự đam mê công việc. Ai không thường xuyên dự định một cái gì đó, người ấy sẽ buồn chán. Người không buồn chán là người biết nhận thức thán, ngày là vận hội, thời gian là vàng ngọc. Anh ta biết rằng thời gian là có hạn. Sự buồn chán chỉ đến với những người không sống cho hôm nay, họ không nắm bắt được tình huống và do vậy cũng không thể làm thay đổi được tình huống.**

Phải có thời gian để nghỉ ngơi, để hồi tưởng, để chẳng làm gì hết.

Người thành đạt cảm thấy sung sướng, khi thời gian hình như chững lại. Nó cho anh ta cơ hội để sống lại những khoảnh khắc nào đó

thật ý nghĩa hơn, thật sâu sắc hơn như qua ống kính quay chậm. Ngay cả lúc nghỉ ngơi cũng được tận dụng để tĩnh tâm và để suy ngẫm về những gì là cốt lõi, là bản chất.

Chúng ta không nhất thiết lúc nào cũng phải làm việc, đôi lúc chúng ta chỉ cần tồn tại thôi.

Tất nhiên, có thể có ai đó muốn luôn chân luôn tay, để trốn chạy bản thân, họ không muốn suy ngẫm, không muốn soi xét mình.

Chúng ta cần những lúc giải lao, để đánh giá lại bản thân kỹ càng hơn, để suy nghĩ về con đường mà mình đang hướng tới. thỉnh thoảng chúng ta phải biết dừng lại để không bị cuốn trôi theo dòng đời hối hả.

Sự hối hả cũng có mặt được của nó, đôi khi gây được "tiếng vang". Nhưng những giây phút tĩnh tâm giúp chúng ta có thể phân biệt, cân nhắc về bước đi mà đối với chúng ta rất hệ trọng.

Và chúng ta cũng rất cần những phút nghỉ ngơi để nghĩ tới những con người "quan trọng" đối với ta. Không có gì có thể thay thế được những khoảnh khắc thân tiên, trong đó ta được chung sống với họ. Chính nó ít nhiều làm phong phú thêm cuộc sống của chúng ta.

## VẬN HỘI HÔM NAY CỦA BẠN

Sống với hiện tại: chuyện "bình thường", sống với quá khứ: một chút buồn đau, sống cho tương lai: chuẩn bị hành trang. Chắc chắn là dấu hiệu của sự cấp tiến khi chúng ta có kế hoạch dài lâu và làm việc vì một tương lai tốt đẹp. Nhưng ý tưởng này cũng có thể trở thành một thứ cạm bẫy. Đó là trường hợp khi chúng ta không biết hưởng vẻ đẹp của hiện tại.

Hôm nay là vận may có một không hai. Thời gian đi không bao giờ trở lại. Vận may để sử dụng thời gian có hiệu quả. Vận may để phấn đấu cho những mục tiêu về giấc mơ của bạn. Vận may đến với hạnh phúc.

Vì vậy, bạn hãy suy nghĩ đi: "Mình có thể làm gì để sống ngày hôm nay cao hơn mức "bình thường". Nhiều việc phụ thuộc vào quan điểm của chúng ta. Một bé gái lang thang trong rừng, mặc dù cơn giông lớn đang ập đến. Mẹ cháu lo lắng lao đi tìm cháu. Cuối cùng khi bà tìm được con gái của mình, bà lạ lùng đứng nhìn: cứ mỗi lần sấm chớp cháu bé lại đứng lại, nhìn lên bầu trời và mỉm cười.

Người mẹ hỏi: "Con không sợ sấm chớp hay sao?"

"Không", cháu trả lời "thượng đế đang chụp ảnh con đấy chứ".

Giả sử hôm nay bạn sẽ gặp điều trở ngại

thì bạn đừng có quan trọng hoá. Bạn đừng để điều gì làm vẩn đục tâm trạng vui vẻ của bạn. Bạn hãy tự nhủ rằng: "Điều tệ hại nhất có thể xảy ra với ta hôm nay là sẽ có một ngày cực đẹp". Bạn hãy biến sự chán nản thành niềm đam mê. Bạn hãy làm chủ tình huống. Chớ để hoàn cảnh trái ngang chế ngự được mình.

Benjamin từng nói "Tiểu sự đánh đổ tiểu nhân". Nếu bạn không khoan nhượng thì không có gì và chẳng một ai có thể huỷ hoại niềm vui sống mà tháng ngày đang dành cho bạn.

Theo truyền thuyết, các nhà giả kim hoàn trước kia có thể biến chì và đất thành vàng. Một ý tưởng thú vị. Về phương diện nào đó cũng có thể coi người thành đạt là nhà kim thuật. Họ làm chủ tình thế và biến nó thành những khoảnh khắc vàng.

## LÒNG BIẾT ƠN

Bạn có biết bí mật của một người sung sướng và hạnh phúc như thế nào không? Bạn có biết có người đi dưới trời mưa mà miệng vẫn mỉm cười và huyết sáo vang?

Bí mật của người hạnh phúc là khả năng luôn nhìn nhận những khoảnh khắc thành điều mới lạ và biết ơn điều đó.

Hôm nay là một cơ hội để tỏ lòng biết ơn.

Bạn có thể biết ơn về nhiều điều. Cảm ơn những con người ta yêu mến và họ mến yêu ta. Cảm ơn về những khoảnh khắc quý giá. Cảm ơn vì bạn được mạnh khỏe, có thể đi, có thể nghe, nhìn, nói, có thể tự ăn lấy và có cái để ăn... danh sách còn kéo dài thêm mãi.

Bạn có biết bạn giàu có biết bao và ngày của bạn có bao nhiêu món quà? Chúng ta đã biết rõ nhiều điều kỳ diệu mà chúng ta coi như tất yếu đương nhiên. Con người quanh ta cũng vậy. Chúng ta không bao giờ nên xem họ như là một điều hiển nhiên.

Người thành đạt tận hưởng mỗi ngày như một vận may có một không hai. Họ quan sát và đánh giá mọi người quanh họ như là những quà biếu, những điều lạ. Họ có được sức vóc bằng cách họ suy nghĩ những điều giản đơn, nhưng nó lại là nền tảng của cuộc sống.

Họ có lòng biết ơn và không bao giờ để cho những thất vọng cướp đi niềm vui sống. Người thành đạt biết tận dụng ngày hôm nay.

### ***Thực hành:***

Ngày hôm nay tôi sẽ sống có ý thức và tận dụng nó như một vận may bằng cách tôi quyết tâm thực hiện các bước sau:

1. Hôm nay tôi sẽ nhớ tới một cách có ý thức về những con người đã làm phong phú đời tôi. Tôi chọn ra một người láng giềng, gặp gỡ với

ông ta như thế đã lâu lắm tôi chưa gặp lại ông ấy.

2. Nếu hôm nay tôi gặp điều gì bế tắc hay chuyện gì rắc rối, tôi sẽ biến nỗi bực mình thành sự say mê. Điều tệ hại nhất có thể xảy đến với tôi hôm nay là sống qua một ngày tuyệt đẹp.

3. Tôi liệt kê ra 25 việc mà tôi mang ơn. Qua đây tôi sẽ yêu cuộc đời hơn và cảm thấy mình giàu có. Thay vì bỏ phí thời gian vô vị những lúc chờ đợi, tôi sẽ tận dụng lúc rỗi rãi để ôn lại những sự kiện mà tôi còn mang ơn. Bằng cách đó tôi sẽ biến sự chờ đợi thành những món quà.

4. Tôi quyết định biến ngày hôm nay thành một vận hội và tìm cách tận dụng nó: mỗi một khoảnh khắc phải làm được một điều gì đó bổ ích, mỗi một cuộc gặp gỡ như nhận được quà, mỗi một giây phút đều là cơ hội, mỗi một giây lát giao lưu với những người thân đều là thời khắc diệu kỳ.

## BÍ QUYẾT 4

### HÃY TẬP TRUNG VÀO NHỮNG HOẠT ĐỘNG SẢN XUẤT KINH DOANH CÓ LÃI

Một học sinh trò chuyện cùng thầy giáo mình về công việc và hiệu quả công việc. Đặc biệt cậu quan tâm tới một câu hỏi: Cái gì là tiêu chí quyết định cho mức thu nhập? Người thầy chỉ vào một cái cây và hỏi học trò: "Đấy là cái gì?".

"Một cây sậy" học trò đáp. Thầy giáo hỏi tiếp: "Nó có quả không?". Người học trò ngạc nhiên trước câu hỏi của ông: "Không, mặc dù bây giờ là mùa hè, nó vẫn không có quả." Người giáo viên thông thả nói rằng: "Vậy thì nó là một thứ cây vô dụng, nó không có quyền tồn tại trong vườn chúng ta. Hãy nhổ nó đi!"

\*\*\*\*\*

Cái gì xác định thu nhập của chúng ta? Nhiều người lầm tưởng ai là người cuối cùng trả lương cho chúng ta. Đó là người tiêu dùng hoặc



nói khác đi: Thị trường. Chúng ta được thanh toán những giá trị mà chúng ta mang lại cho thị trường.

Nhưng lúc nào cũng có những người quá quyết rằng: đồng lương không xứng đáng với năng lực của mình. Và họ luôn tìm cách chứng minh điều đó. Thực tế trả lời: thị trường luôn thanh toán đúng cho những giá trị bạn có. Và bạn có giá như thế nào, hoàn toàn do bạn xác định lấy.

## **THÀNH QUẢ PHÁT SINH TỪ NHỮNG HOẠT ĐỘNG SẢN XUẤT KINH DOANH CÓ HIỆU QUẢ**

Nếu chúng ta bàn tới giá trị kinh tế, tức là nói tới những kết quả của bất kỳ loại hình hoạt động nào. Cuối cùng chỉ có những thành quả là được thanh toán chứ không phải là những ý tưởng tốt, những thể nghiệm hay. Cả những lời cáo lỗi và sự bào chữa đều không được chiếu cố. Nhà doanh nghiệp lớn Clement Stone từng nói: *"Thói quen nghề nghiệp của tôi là luôn đánh giá con người qua những thành quả của anh ta đạt được. Thành quả diễn đạt một thứ ngôn ngữ trong sáng hơn là những mỹ từ"*.

Bạn muốn kiếm được nhiều tiền ư? Thế thì bạn phải nâng cao giá trị của bạn trên thị trường, bằng cách bạn phải gặt hái được nhiều

thành quả. Con đường tối ưu đi tới mục tiêu là tập trung mọi tiềm lực vào những hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả. PARETO đã phát hiện ra rằng chúng ta đã bỏ phí hay chỉ ít cũng chưa sử dụng tối ưu 80% số thời gian chúng ta đầu tư vào công việc. Cái gì là cái mà nhiệm vụ của 20% còn lại trong công việc của bạn. Nhiều thương gia phải ngã mũ chào thua các chú hề, vì họ không biết cách kết thúc vấn đề cho đúng lúc. Nhiều nhân viên cần mẫn làm việc hàng giờ với đồng số sách. Nhiều "sếp" khi làm việc với các cộng sự luôn "cò kè bớt một thêm hai" về các khoản chi phí cho hoạt động nâng cao số lượng và chất lượng sản phẩm.

Người thành đạt biết khai thác phần lớn 80% thời gian cho các hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả. Như vậy họ có thể nâng cao đáng kể sức sản xuất của mình.

Trong mỗi công việc có một vài công đoạn quyết định, một vài hoạt động then chốt quy định mức lợi nhuận mà ta phải tập trung vào đấy.

Hầu hết các hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả không phải là những điều gì quá khó khăn. Chắc chắn các bạn có nhận xét: người thành đạt không làm tốt các công việc cực khó, mà là cực tốt những công việc giản đơn. Vấn đề là ở chỗ: họ biết làm việc.

Bạn hãy luôn tự đặt cho mình câu hỏi:

liệu ta có làm được cái gì để cản trở nhiều người đầu tư nhiều hơn 80% thời gian còn lại của họ vào những hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả: nỗi lo sợ trước thất bại. Mỗi một thất bại thường có 2 nguyên nhân. Một là chúng ta có thể phạm sai lầm và gánh chịu trách nhiệm. Hai là mục tiêu không khả thi và chẳng ai chịu trách nhiệm. Chúng ta hãy tìm hiểu cả hai nguyên nhân. Cả hai đã làm nhiều người nản lòng. Thường là vì cuối cùng họ vẫn nhận lấy thất bại.

## **THẤT BẠI TỒN TẠI NHƯ THỂ LÀ MÙA ĐÔNG**

Chúng ta hãy bắt đầu với sự thất bại, trong đấy chúng ta không phải gánh chịu trách nhiệm. ở đây thất bại được coi như là một bộ phận cấu thành cuộc sống.

Câu chuyện dưới đây sẽ giải thích vì sao những thất bại như vậy không thể làm chúng ta nản lòng. Những người tí hon sống sâu dưới lòng đất vì ở đấy thật ấm áp, dễ chịu. Nhưng trong bọn họ vẫn có tin đồn đại rằng ở trên mặt đất thế giới thật tươi đẹp, nhưng cũng rất nguy hiểm. Họ muốn tìm hiểu thế giới mặt đất và cử một sứ giả lên trên đó.

Khi vị sứ giả tới nơi và thò cái đầu bé xíu lên, cậu lấy bẫy, kinh hoàng. Đây là một sáng

mùa đông và một cơn bão tuyết đã quét mạnh tuyết vào mặt chú. Cậu đã không hình dung ra mặt đất lại như vậy. Cậu vội vàng lại chui xuống lòng đất và tường thuật lại cho bàn dân thiên hạ về cái thế giới chết người ở trên đó. Nhưng lời đồn đại về thế giới mặt đất tươi đẹp cứ lan truyền, những người tí hon quyết định một lần nữa lại cử một sứ giả lên trên đó, đây là vào tháng bảy. Một khung cảnh hoàn toàn khác hẳn đã đón tiếp sứ giả. Nắng rực rỡ, chan hoà, ấm áp, chim hót líu lo và bướm tung tăng. Cậu bé hít thở hương thơm cỏ cây và để những tia nắng chiếu lên chiếc bụng bé xíu của cậu.

Khi quay về tới nơi, cậu bé tí hon kể lại mọi điều, dào dạt, say sưa. Những người tí hon chẳng biết thực hư như thế nào nữa. ở trên ấy chỉ có băng và tuyết giá lạnh hay là nắng vàng rực rỡ và hoa thơm cỏ lạ? Vào một ngày mùa thu, và sáu tháng sau vào một ngày mùa xuân họ lại cử sứ giả đi lên. Rồi lại nghe những tường thuật rất trái ngược nhau. Thấy không có gì đảm bảo, những người tí hon bèn quyết định không dám mạo hiểm và đành ở lại trong lòng đất.

Câu chuyện của người tí hon tượng trưng cho bốn mùa trong năm. Nó tồn tại cùng mọi hoạt động. Có những ngày hè mọi việc đều tốt đẹp, nhưng cũng có những ngày đông giá rét, vạn vật đều như ngừng lại. Và có những thời kỳ

mặc dù bạn làm nhiều nhưng thu hoạch lại ít ỏi. Một số người khờ, đại tìm kiếm những hoạt động có mùa hè vĩnh hằng. Nhưng như trong thiên nhiên đông qua, hè đến thì thời vụ làm ăn cũng có lúc thuận lợi, lúc gặp khó khăn. Điều đó đúng khắp mọi nơi và mọi công việc.

Bạn đừng tin rằng có một ngoại lệ nào đó của quy luật tự nhiên này. Người thành đạt thừa nhận đông hè thay đổi lẫn nhau. Vì vậy họ tìm cách đối phó với những thời điểm khó khăn. Họ không để mùa đông làm nản lòng. Vâng, họ biết rằng: không có mùa đông nào kéo dài vô tận. Họ không xem mùa đông như là một thất bại của bản thân, mà họ công nhận mùa đông chỉ là một bộ phận cấu thành bốn mùa.

## **SINALOA MANG LẠI SỰ AN TOÀN**

Đối với thắng lợi điều quan trọng là phải hiểu sinaloa. Đây là từ viết tắt của câu: "Safety in numbers and law of average". Câu ấy có nghĩa là "Sự an toàn nằm trong những con số và quy luật bình quân". Nếu bạn cầm lấy con xúc xắc và đổ thử một lần, lúc ấy rõ ràng là sự may mắn: con số nào sẽ hiện ra. Ngay cả lúc bạn đổ 10 lần, vẫn còn là vấn đề may mắn. Ngược lại, nếu bạn đổ 150 lần, thì quy luật bình quân đã có tác động điều chỉnh. Bạn càng đổ

nhiều lần, thì xác suất càng cao: hầu như số lần xuất hiện của tất cả các số bằng nhau.

Vì thành công trong công việc của bạn không thể hoàn toàn phụ thuộc vào may mắn hay rủi ro, nên chỉ có một "người bảo lãnh": bất cứ lúc nào nếu bạn tiến hành một hoạt động với nhiều lần, trên cơ sở số nhiều luật bình quân sẽ điều chỉnh. Và như vậy hoạt động của bạn có khả năng tính toán được. Bao giờ cũng vậy, những gì trong công việc của bạn là những hoạt động sản xuất kinh doanh có lợi nhuận: bạn phải thực hiện nó thường xuyên liên tục. Có như vậy bạn mới đảm bảo giành được thắng lợi. Tất cả mọi việc khác mang tính chộp giựt đều là trò đở đen, tài tử.

## **CHÚNG TA LUÔN MẮC KHUYẾT ĐIỂM**

Một nguyên nhân khác làm cho nhiều người rụt rè, không dám tiến hành các hoạt động sản xuất kinh doanh là nỗi sợ hãi trước những sai lầm. Vì vậy, thật là quan trọng khi nhìn nhận sai lầm, khuyết điểm dưới góc độ: "Thất bại là mẹ thành công". Khuyết điểm không là cái gì phải đau khổ, chùng nào nó liên quan đến khuyết điểm phạm lần đầu. Từ những khuyết điểm lần đầu ta cần rút ra bài học và cố gắng không vấp trở lại. Câu "Chỉ có người

không làm gì cả mới không mắc phải khuyết điểm" chỉ đúng trong trường hợp khuyết điểm "mới". Khuyết điểm chỉ phát sinh khi người ta hành động. Vì vậy, khuyết điểm là dấu hiệu chỉ người chăm chỉ. Nếu nhìn nhận như vậy thì khuyết điểm là những điều tốt, không gì phải sợ hãi.

Watson Senior, người sáng lập IBM một lần được hỏi "Một người phải làm gì để tiến thân trong tập đoàn của ông?". Watson trả lời: "Anh ta phải tăng gấp đôi số khuyết điểm của mình". Watson biết rằng chỉ có người vứt bỏ sự sợ hãi trước khuyết điểm và thói lẩn tránh trách nhiệm mới tiến hành được nhiều hoạt động sản xuất kinh doanh hiệu quả.

Khuyết điểm chỉ xuất hiện đặc biệt những nơi mà ai đó đoạt được những thành tích cao. Không có ai giành được những thành quả lớn lao mà lại dự sợ khuyết điểm hoặc những lời đàm tiếu. Thắng lợi mang lại sự tôn vinh và tiền bạc còn khuyết điểm thì không. Nó mang lại trước hết là "không có thù lao". Nhưng nó lại quan trọng cho sự phát triển của chúng ta, vì nó mang lại kinh nghiệm. Kinh nghiệm dẫn dắt chúng ta đến những quyết định sáng suốt hơn, những quyết định tác động tới những thành quả mới. Vì vậy, khuyết điểm đối với sự phát triển của chúng ta chỉ ít nó cũng quan trọng như thành công. Người không còn mắc khuyết điểm

là người đánh mất cơ hội học tập và trưởng thành.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ nâng cao tỷ lệ phần trăm của những hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Tôi suy nghĩ về việc sử dụng thời gian ngày hôm qua như thế nào. Tôi ý thức được rằng sẽ không có gì thay đổi nhiều nếu tôi không có kế hoạch nhằm vào những hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả. Tôi tự hỏi: Mình có thể làm được điều gì cụ thể hôm nay để tăng cường các lĩnh vực có tính quyết định tới thu nhập của tôi?

2. Tôi phải tìm ra bao nhiêu hoạt động sản xuất kinh doanh mũi nhọn trong doanh nghiệp của mình mà mình phải tiến hành trong phạm vi một tuần hoặc một tháng. Chừng nào nắm được số lượng các hoạt động, tôi sẽ quyết định làm việc ba tháng với SINALOA.

3. Nếu tôi đang sống giữa mùa hè, tôi phải biết rằng một mùa đông sẽ đến. Tôi biết rằng lúc này là lúc vào vụ gặt hái. Vì vậy tôi phải cố gắng gấp đôi. Tôi quyết không để cho một mùa đông nào cản trở tôi đến mục tiêu của mình.



4. Để có thể vượt qua một mùa đông tôi phải chuẩn bị tốt cho mình. Tôi quyết định mỗi ngày đọc một chương của cuốn sách này. Ngoài ra tôi cũng quyết định tham dự các cuộc hội thảo để trưởng thành có nhân cách.

## **BÍ QUYẾT 5**

### **HÃY TRỞ THÀNH MỘT NHÂN VẬT THÀNH ĐẠT**

Một hôm chú hề của triều đình bỗng nảy sinh niềm khao khát về một cuộc sống khá giả hơn. Chú muốn giàu có, muốn những chuyến du lịch hấp dẫn, muốn cuộc sống xa hoa, vương giả. Nhưng trước hết chú muốn có sự tôn kính. Suốt đời chú lúc nào người ta cũng chỉ vào chú và nói: "Nhìn kìa, chú hề đến rồi". Trong tương lai mọi người phải biết kính trọng ta chứ.

Thế là chú đã thỉnh cầu Đức vua. Ngài nói: "Này chú hề, nhiều năm rồi chú đã mang niềm vui đến cho ta. Vì vậy ta sẽ đáp ứng ý nguyện của chú. Và ta ban cho ngươi một tài sản đáng giá".

Lập tức chú hề bắt đầu thưởng ngoạn hạnh phúc mới của mình. Chú sống trong một toà nhà bề thế, ăn những thức ăn quý hiếm. Tuy nhiên chú phát hiện ra rằng những người xung quanh cũng chỉ vờ vịt kính nể chú thôi. Đối với họ chú vẫn mãi là một thằng hề dù có trở nên

giàu có. Ngoài ra chú tiêu xài số tài sản của mình thật chóng vánh.

Chú đem việc mình trình bày với nhà thông thái của Đức vua. Ông ta lắc đầu mỉm cười rồi chỉ vào một chiếc cốc và bình rượu vang mà rằng: "Ta không thể đổ hết chỗ vang này vào cốc kia. Chiếc cốc thì quá nhỏ. Cũng giống như bản thân chú quá bé nhỏ đối với ước nguyện của chú. Hoàng thượng đã ban cho chú sự giàu có, nhưng con người chú không đủ bản lĩnh để sở hữu nó".

## HẾT BÀI NÀY ĐẾN BÀI KHÁC

Khi ta muốn mọi điều sẽ tốt đẹp hơn lên, thì trước hết chúng ta phải trở nên tốt đẹp hơn đã. Tất cả chúng ta đều biết có những người trông mong vào lúc hoàn cảnh được cải thiện hơn, để giúp họ trở nên thành đạt, hoặc ít ra để có thể "khởi đầu".

Thực tế hoàn cảnh cố hữu cứ dai dẳng đeo bám lấy họ chừng nào họ còn quá "bé nhỏ" để chiếm lĩnh những "hoàn cảnh thuận lợi" trong cuộc sống. Để cho hoàn cảnh có thể đổi thay thì trước hết con người phải đổi thay. Cũng như ở trong nhà trường, chúng ta bắt đầu bằng lớp Một, rồi chúng ta mới lên lớp Hai, lớp Ba. Một hệ thống thông minh. Đằng sau ẩn dấu một

nguyên tắc: "Khi chúng ta trở nên tốt hơn thì cuộc chơi của chúng ta cũng sẽ lớn hơn". Có người nghĩ rằng: "Hãy cho tôi 2 triệu USD thì tôi chẳng phải lo lắng gì nữa về tiền nong". Điều đó hoàn toàn sai. Bài học trước tiên là người ta phải học để làm chủ được hoàn cảnh hiện tại. Đầu tiên, chúng ta học cách dành dụm và tiêu pha 1000 USD đã. Rồi 10.000 USD và hơn nữa. Chúng ta rèn luyện mình không phải bằng cách trông chờ vào hoàn cảnh tốt hơn, mà bằng cách phấn đấu đạt được cái gì tốt nhất từ những cái hiện hữu.

Thường là ít hiệu quả nếu ta tự hỏi rằng liệu mình "đủ mạnh" để làm một việc nhất định nào đấy. Chỉ khi nhập cuộc chúng ta mới có thể thành người có khả năng hoàn thành công việc đó thắng lợi. Nếu như bạn "đủ mạnh" cho một nhiệm vụ mới thì có khi nhiệm vụ này trở nên dễ dàng, đối với nó bạn sẽ không thể trưởng thành hơn.

## **CHÚNG TA THÀNH DANH BẰNG NHỮNG THÀNH QUẢ CỦA MÌNH**

Bạn hãy nghĩ tới một nhân vật thành đạt thì chắc bạn càng nghĩ luôn tới thành quả đã làm cho họ nổi tiếng.

Einstein có tên tuổi nhờ những lý thuyết

của ông trong lĩnh vực vật lý. Beckenbauer nhờ những thành tích trong bóng đá. Gandhi nhờ công cuộc giải phóng đất nước Ấn Độ.

Bất luận bạn nhớ tới một nhân vật nổi tiếng nào, họ đều thành công trước khi thành danh. Một trong những con đường có hiệu quả nhất để hoàn thiện mình là trưởng thành chính bằng những công việc của mình. Vì vậy, những ai mong muốn có cuộc sống tươi đẹp hơn thì cần phải nhanh chóng bắt đầu làm việc tích cực. Ban đầu chúng ta sẽ không thể làm đúng tất cả. Nhưng điều ấy không có gì nguy hại, nếu chúng ta luôn tích cực làm việc và không nản lòng. Quả thật thắng lợi làm chúng ta giàu có hơn, song thất bại lại làm chúng ta trưởng thành.

## **NĂM BÀI HỌC CỦA NGƯỜI GIEO HẠT**

Người gieo hạt đã chăm chỉ vãi xuống những hạt giống của mình. Nhưng không phải tất cả đều nảy mầm. Một ít bị chim ăn, một số khác chết vì khô hạn, và một số khác bị thối vì bị gai châm. Từ đấy chúng ta rút ra được 5 bài học:

1. Không phải tất cả hạt giống đều nảy mầm. Chúng ta phải gieo nhiều, vì chúng ta không có được tất cả. Chúng ta không được đặt hy vọng vào một hạt duy nhất nào.

2. Chúng ta không nên tập trung chính vào kẻ thù, mà vào công việc của chúng ta. Những ai chỉ lo tiêu diệt kẻ thù hầu như sẽ không bao giờ đạt được mục đích của mình. Bạn hãy nghĩ xem: người thành công luôn có nhiều kẻ thù. Sự thật đó bày ra trong thiên nhiên: chim chóc và gai góc thì lúc nào cũng có. Người gieo hạt thông minh cứ tiếp tục công việc của mình.

3. Trước tiên chúng ta phải mang những hạt giống tốt nhất ra để gieo trồng, có như vậy chúng ta mới mong gặt hái. Sự trả công đi sau công việc. Sự cố gắng đều được đền đáp. Ta thường thấy có người tìm cách đảo ngược quy luật tự nhiên này. Hạnh phúc bền lâu không thể xây dựng theo phương thức này.

4. Chúng ta cần kiên nhẫn. Sự trưởng thành cần thời gian. Hai ngày sau khi gieo hạt chúng ta chưa thể gặt hái. Một mình lao động chưa đủ. Chỉ có kết hợp với lòng kiên nhẫn mới đưa lại kết quả.

5. Chúng ta gặt hái những gì chúng ta đã gieo trồng. Hạt giống xấu tốt đều theo ta đi suốt cuộc đời. Chúng ta chỉ cần thận trọng chọn lựa những hạt mà khi gieo chúng có thể nảy mầm.

## SÁU RÀO CẢN CỦA SỰ THÀNH CÔNG

Tại sao có ít người thành đạt? Có phải là do vận may không khi nào đến với họ. Có sáu rào cản có thể bóp chết mọi thành công ngay khi còn trong trứng nước. Đây cũng là nguyên nhân tại sao không bao giờ có thể tạo dựng cho mọi người có điều kiện sống như nhau. Ở đây liên quan đến những quá trình xảy ra trong từng con người. Những quá trình mà khách quan hầu như không thể tác động tới.

### 1. Sự kiêu ngạo

Bạn có từng quen biết những người ở đâu cũng thích giáo huấn mà ít thích học hỏi? Gót đã từng nhận xét: *"Hầu hết mọi người đều muốn thể hiện mình, ít người muốn rèn luyện mình"*. Muốn trưởng thành hãy làm học trò.

### 2. Sự ngu dốt

Không hiểu từ đâu mà nhiều người không bao giờ sẵn sàng tự giác, khách quan để thể nghiệm một cái gì đó mới mẻ.

### 3. Sự ba hoa

Chúng ta thường quá tự trọng và đề cao phẩm giá của mình. Công sức bị tiêu phí để làm "đẹp mã", thay vì tập trung cho công việc. Ngoài ra một sự ba hoa thái quá không bao giờ là dấu

hiệu của sự thông minh có sức thuyết phục.

#### **4. Sự sợ hãi**

Sợ hãi thường sinh ra do ta hình dung ra những điều xấu có thể xảy ra. Thế rồi chúng ta bị cuốn hút vào chính những điều mà ta không muốn xảy ra. Hình ảnh này cứ ám ảnh ta đến mức ta nghĩ rằng nó rất dễ trở thành hiện thực.

#### **5. Thiếu tự tin**

Ta tin rằng mình chưa đủ mạnh. Thiếu tự tin luôn xuất hiện khi chúng ta so sánh mình với những người khác, mà nhẽ ra hãy tự nhìn nhận sức mạnh của mình. Chúng ta phải biết tạo dựng lòng tự tin một cách hệ thống, ví dụ bằng cách ghi chép lại tất cả những thành công của mình.

#### **6. Lâm lỡ**

Nhiều người đã không sống chính cuộc sống mà mình mong ước, vì họ bị những người ích kỷ xô đẩy, kích động bằng những lời xúi bẩy khéo léo. Khi chúng ta khẳng định được một "điều thiện" phải làm trong cuộc sống chúng ta, là lúc chúng ta xua đuổi đi những ý nghĩ tội lỗi.

Tất cả những trở ngại trên được bàn tới trong cuốn sách này. Nhưng chỉ có lao động nghiêm túc thì chưa phải là sự đảm bảo cho mọi thành công.



## BỐN KHẢ NĂNG TRONG LAO ĐỘNG

Ở mỗi công việc chúng ta có thể phân biệt giữa việc "đúng" và việc "sai". Việc "đúng" đối với bạn là một công việc có ý nghĩa khi nó đáp ứng được 3 điều kiện sau:

- Thứ nhất nó làm cho bạn yêu thích.
- Thứ hai phù hợp với năng lực và tài năng của bạn
- Thứ ba với công việc đó bạn có thể đóng góp cho xã hội và kiếm đủ tiền.

Tùy theo công việc đúng hoặc sai mà chúng ta có thể thực hiện nó với một quan điểm đúng và sai. Trong đó sáu rào cản đã nói ở trên đóng một vai trò rất lớn. Mời bạn hãy suy nghĩ xem, cách mô tả nào trong 4 trường hợp sau đây là hình ảnh của bạn hiện tại:

- Ta đang làm sai công việc với quan điểm sai.

Kết quả của một chiến lược như vậy là một thảm họa. Cuộc đời sẽ vô nghĩa và buồn tẻ.

- Ta đang làm sai công việc nhưng có quan điểm đúng.

Trong trường hợp này thực ra chúng ta có thể đạt được ít nhiều mục tiêu. Nhưng chúng ta sẽ lãng phí rất nhiều thời gian và công sức, vì chúng ta phải chịu đựng nhiều đòn tập hậu.

- Ta đang làm đúng công việc nhưng với quan điểm sai.

Như vậy chúng ta sẽ đạt được một vài thành công nhỏ nhưng mục tiêu cuối cùng sẽ khiếm khuyết.

- Ta đang làm đúng công việc lại có quan điểm đúng.

Chỉ trong trường hợp này chúng ta sẽ rất nhanh chóng đạt được kết quả ta mong muốn.

Cách mô tả này thật là đơn giản nhưng cũng rất chuẩn xác. Bạn có thể mau lẹ tự mình giám định bạn đã làm đúng việc chưa? Nghĩa là: bạn có đang làm việc trong một lĩnh vực mà bạn đam mê và phù hợp với tài năng của bạn. Và bạn đang làm việc với quan điểm đúng chưa? Nếu bạn không làm đúng việc nhưng có quan điểm đúng thì bạn suy nghĩ thế nào, cái gì bạn có thể thay đổi. Giả thuyết rằng bạn không để cho sáu rào cản (kiêu ngạo - ngu dốt - ba hoa - sợ hãi - tự ti - lầm lỗi) ngăn trở.

Nhiều người thường than vãn, oán trách. Họ nói tới sự không công bằng, trong khi họ làm sai công việc lại có quan điểm sai trái.

Như vậy họ muốn gặt hái cái mà họ không hề gieo trồng. Họ coi thường quy luật tự nhiên. Người thành đạt không lãng phí thời gian, vì họ biết đón thời cơ. Họ cũng không lãng phí công sức vì họ biết tìm cách thay đổi công việc, những công việc mà họ không phát huy được. Họ không mất công đi tìm lời bào chữa. Họ biết rằng hoàn cảnh của họ sẽ tự động biến

đổi theo hướng tích cực, nếu họ hết mình vì một công việc tốt đẹp.

Richard Bach từng nói: *"Khi chúng ta bắt đầu cuộc đời, mỗi người chúng ta nhận được một phiến cẩm thạch cùng những dụng cụ cần thiết để gia công phiến đá này. Chúng ta có thể mang nó đi suốt cuộc đời mà không hề đẽo gọt, chúng ta cũng có thể biến nó thành sỏi đá hoặc có thể mang lại cho nó một hình hài rực rỡ".* Trở nên hạnh phúc và thành đạt là quyền sống của chúng ta. Nhưng chúng ta không được phép để cho sáu kẻ thù của thành công ngăn bước chúng ta.

Những ham muốn cá nhân không thể làm lu mờ ý nghĩa, làm mai một khả năng và chi phối công việc chúng ta. Trên tất cả là sự thành nhân bằng những thành quả của chúng ta. Không có gì có thể chiếm lĩnh được vị trí của sự lao động gian khổ hướng tới mục tiêu của chúng ta. Người thành đạt ý thức được rằng: tài năng của họ vun đắp cho họ một vị trí xứng đáng trên hành tinh này.

### ***Thực hành:***

Vì tôi muốn trở thành một nhân cách lớn hơn, tôi muốn trưởng thành, bằng cách hạ quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Tôi xem công việc cùng công ty của mình như là phương tiện chở tôi đến một nhân

vật thành đạt và những hoàn cảnh khá hơn. Vì vậy tôi làm việc nỗ lực và phấn chấn. Tôi sẽ làm tất cả để có tên tuổi bằng thành quả của mình.

2. Tôi không muốn lặp lại khuyết điểm của tôi và muốn rút ra bài học từ những khuyết điểm ấy. Vì vậy tôi sẽ mở "sổ tay kiến thức". Tôi ghi chép lại tất cả những gì tôi có thể học tập từ những khuyết điểm của bản thân và của những người khác.

3. Tôi đọc những sách vở giúp tôi trưởng thành trong nhân cách. Tôi thay thời gian xem truyền hình thành thời gian đọc sách và đọc ít nhất một giờ cho một cuốn.

4. Tôi biết trên đường tôi đi sẽ trải qua những lúc thất vọng. Trong tình huống như vậy tôi cần một sự khích lệ. Sự khích lệ xuất hiện từ một nhãn quan trong sáng và lòng tự trọng. Sự khích lệ này không có người nào khác có thể mang lại cho tôi. Tôi trả lời câu hỏi sau bằng bút mực: "Ai là người có lợi, khi tôi đã đạt được mục tiêu hấp dẫn".

5. Nhất định hôm nay tôi phải viết vào "sổ tay thành công" năm việc mà tôi đã thành công tốt đẹp.

## BÍ QUYẾT 6

### CỨ LÀM ĐI

Trong những năm 60 và 70 của thế kỷ XX, Hãng Adidas thống lĩnh thị trường giày thể thao của thế giới. Chẳng thấy nơi nào có sự cạnh tranh. Lúc bấy giờ một vài chàng trai trẻ thành lập một hãng giày thể thao và muốn sáp nhập với người khổng lồ Adidas. Các chàng trai đã làm việc đó chống lại ý muốn của gia đình. Các gia đình họ không ủng hộ dự kiến này. Họ phê phán và chế giễu: riêng việc xây dựng một hãng cũng đã quá gian khổ. Sự phản đối trong gia đình họ hầu như đã vượt quá sức họ.

Một hôm các chàng trai ngồi lại với nhau và tìm cách phản kháng lại sự chống đối. Họ suy đi tính lại hồi lâu và không tìm được cách giải quyết. Cuối cùng một người trong bọn họ nói: "Mặc xác, họ muốn nói gì thì nói, cứ làm đi! (Just do it)". Các bạn khác thông cảm ngay với anh ta. Họ không nên lắng nghe người khác quá nhiều, thay vì hãy làm đi. Đừng suy nghĩ quá nhiều, mà hãy làm đi, "Just do it" và mặc nó khi làm việc. Chắc bạn đã biết đây là hãng nào: Nike qua mặt Adidas chỉ vài năm sau đó và trở

thành nhà sản xuất giày thể thao lớn nhất thế giới. Đến hôm nay những công sự làm việc trong toà nhà trung tâm của Nike vẫn mặc những chiếc áo phong "JUST DO IT".

\*\*\*\*\*

Thế giới còn đầy rẫy những cá thể, họ làm việc dưới mức họ có thể, vì họ không biết hành động như đã được học hành. Còn đầy rẫy những con người chỉ biết nói mà không biết làm. Socrates từng nói: *"Tôi xem người lười là người không thể làm tốt hơn mọi việc"*.

Tri thức chỉ là một sức mạnh tiềm ẩn. Nó chỉ có giá trị khi rơi vào tay những người biết sử dụng nó một cách có hiệu quả. Tài năng lớn nhất của những người thành đạt là khả năng thúc đẩy mình hành động.

Nhiều người đờn đau vì "hội chứng thác nước". Họ nhảy nhót trong dòng đời mà chẳng cần phương hướng. Họ để mặc dòng chảy cuốn đi. Họ cảm nhận mình bất lực tại trời và vì vậy chẳng làm gì cả. Rồi một hôm họ bỗng phát hiện ra mình chỉ còn cách thác nước hung hãn có vài mét. Cuối cùng họ cũng tỉnh ra. Thì tai họa đã ập xuống đầu họ.

Hành động càng sớm thì công việc càng dễ dàng đối với chúng ta. Tất cả bí quyết thành đạt sẽ là vô bổ nếu chúng ta không thực thi nó.

Đơn giản cứ tầm mình ở những nơi lạng sóng, nghe ra có vẻ hấp dẫn đấy. Song như vậy thì thật hoang phí cuộc đời. Nhiều người vốn biết họ mong ước gì; nhưng họ lại không biết họ là ai và họ nên làm gì.

## LỜI BẢO CHỮA THƯỜNG GẶP

Những câu hỏi dưới đây thi thoảng chúng ta cũng nên đặt ra cho mình.

1. Phải chăng bạn gác lại một việc vì sợ phạm khuyết điểm? Hay sợ mất uy tín?

2. Có việc gì bạn chưa làm bây giờ chỉ vì chưa đúng thời điểm?

3. Bạn có cho rằng mọi việc đều nhất thiết chuẩn bị nhiều hơn, kiến thức nhiều hơn, kinh nghiệm nhiều hơn và cơ sở hạ tầng tốt hơn?

4. Bạn có cho rằng một vận may lớn chỉ đến một lần và bạn không dám đối mặt với vận may ấy, vì bạn còn chưa "đủ mạnh"?

5. Phải chăng chỉ vì một vài hoàn cảnh chưa được cải thiện?

6. Bạn có tin rằng ước mơ của mình là không hiện thực?

Nhiều việc xảy ra rồi tự nó điều chỉnh, khi chúng ta bắt đầu và chủ động. Không có một công thức hoàn thiện nào cho trước. Nói

chung không có sự hoàn thiện nào mà một con người có thể kiến tạo. Và cũng chẳng có thời điểm nào tối ưu. Vì lẽ đó những người thành đạt hành động "càng nhanh càng tốt".

Mọi việc lớn lao đều bắt đầu từ việc nhỏ. Tất cả đều được xây dựng trên những khuyết điểm mà ta phạm phải ban đầu. Khuyết điểm là cơ sở cho những quyết định đúng về sau. Khuyết điểm cũng là nền tảng cho sức mạnh bản thân. Khuyết điểm chẳng có gì xấu. Một sự bắt đầu chưa đầy đủ còn tốt hơn là sự trì hoãn. Chúng ta không thể cầu toàn trong mọi việc lớn. Chỉ khi bắt đầu rồi chúng ta mới học được những điều cần thiết. Sự "chuẩn bị" tốt nhất là cứ làm đi.

Có người cho rằng: "Chỉ khi tôi có đủ sức mạnh tôi mới bắt đầu tiến hành". Quan điểm đó hoàn toàn sai lầm! Năng lượng chỉ có khi chúng ta vận động, hoặc: "Chừng nào tôi thấy công việc có lợi, tôi sẽ tích cực lao động". Cũng sai! Những công việc sinh lợi chúng ta chỉ có khi chúng ta tích cực lao động.

## VINH QUANG ĐẾN TỪ LAO ĐỘNG

Trong một nhà kho có hai chiếc cày đứng cạnh nhau. Một cái đã rất han rỉ, cái kia thì lung linh tuyệt đẹp. Chiếc cày han rỉ ghen tị



quan sát người hàng xóm chói lọi của mình và hỏi bạn: "Tại sao trông anh tráng lệ thế, trong khi tôi đây thật tàn tạ và không có tí gì là hấp dẫn. Như vậy thật không công bằng. Tôi hoàn toàn ủng hộ sự bình đẳng." Chiếc cày đẹp đáp rằng: "Sự lung linh của tôi đến từ lao động". Sự công bằng xã hội ngày nay được nhiều người nói tới. Thực tại vẫn còn không ít những điều xấu xa. Nhưng công bằng xã hội cũng không được phép lạm dụng.

Thật là vô lý nếu một phần cư dân thì nghỉ ngơi để cho một bộ phận cư dân khác phải nuôi họ, mặc dù chính họ cũng tự lo được cho mình. Người sống dựa vào người khác luôn yếu hèn và bất hạnh.

Đối với tất cả những người có khả năng lao động được đối xử như nhau: ai làm nhiều hưởng nhiều, ai làm bằng nhau hưởng như nhau. Những điều khác không còn là sự công bằng mà là chủ nghĩa bình quân. Đối với tất cả những người không thể tự lo được cho mình đã có quỹ từ thiện. Song quỹ từ thiện của chúng ta phải được đóng góp khá hơn chứ không ít như bây giờ, chỉ đủ nuôi người cơ nhỡ khỏi chết đói. Chúng ta phải chăm lo tới chất lượng cuộc sống của những người già cả, neo đơn, cơ nhỡ trên đất nước chúng ta.

## BÍ QUYẾT CỦA NGƯỜI THÀNH ĐẠT

Cuốn sách này sẽ không mang lại cho bạn những kết quả mong muốn nếu bạn chỉ đọc nó qua loa. Ngay cả khi bạn đọc nhiều lần cái bí quyết để không thể quên nó, thì kết quả cũng không khác đi.

Bạn phải hành động. Bạn phải bỏ sung, hoàn thiện từng bí quyết trong đời sống của bạn, bằng cách bạn làm việc hàng ngày với nó. Vì vậy những bài tập thực hành - hành động của bạn - là chiếc cầu nối giữa cuốn sách và bạn. Và là chiếc cầu nối hoàn cảnh hôm nay của bạn tới một cuộc sống tốt đẹp hơn.

Bạn hãy đọc và thực hành mỗi ngày một chương mục. Nếu bạn làm xong, bạn hãy lặp lại từ đầu. Bạn hãy bỏ qua những bí quyết bạn đã thành thạo hoặc những bí quyết chưa liên hệ mật thiết với công việc của bạn trước mắt.

Nhưng bất luận bạn tiến hành như thế nào: Xin mời! Bạn hãy hành động, hãy làm việc với các bí quyết. Bạn hãy thực hiện chỉ một bài tập hơn là suy nghĩ về tất cả bí quyết một lúc.

Bạn hãy chọn ra cho mình một bài tập mà hôm nay bạn muốn thực hành. Có những bài học đối với bạn hôm nay quan trọng hơn các bài khác. Bạn hãy nghĩ tới nhiều người trên thế giới này đã phung phí tài năng của họ. Những kiến thức mà "Bí quyết người thành đạt" lấy

làm cơ sở một phần là những kiến thức rất xa xưa.

Người thành đạt nhiều thế hệ đã sống theo những đạo lý đó. Nhưng hình như chưa có một ai quán triệt nó một cách hoàn hảo. Tại sao? Một mặt xã hội càng phát triển thì đòi hỏi ở chúng ta những yêu cầu ngày càng cao hơn. Mặt khác khi chúng ta nghiên cứu bí quyết thành đạt càng sâu thì chúng ta càng nhận thức thêm nhiều lĩnh vực mới. Vì thế thực là kiêu ngạo khi ai đó bảo rằng: "Điều đó tôi đã biết cả rồi". Mỗi người học theo một cách. Một số người thấy rất bổ ích, nếu họ ghi chép lại những hoạt động của mình. Một số khác lại mở một sổ công tác riêng cho những bài tập, trong đó họ làm các bài thực hành và lập các biểu đồ tự kiểm tra. Nếu bạn muốn tiến hành theo phương thức này, thì bạn nên ghi chép các kết quả thực hành của bạn. Hiện cũng đã có "Sách thực hành bí quyết người thành đạt". Chi tiết bạn có thể xem ở cuối sách này.

## THƯỚC ĐO DUY NHẤT

Thực sự có nhiều người lười biếng lấy một mục tiêu nào khả dĩ sinh lợi để theo đuổi. Tại sao họ cần chạy vội khi họ hãy còn chưa nhận ra được phương hướng? Bạn đừng quên rằng: chỉ

có một thước đo duy nhất để đo sự nghiêm túc đánh giá của bạn trong mọi việc: đó là hành động của bạn.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi luyện tập hành động để thực thi khả năng quyết định của mình, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Tôi ghi lại tất cả các việc trước mắt vào một danh mục và suy nghĩ xem hôm nay nên kết thúc việc nào trong số đó.

2. Hôm nay sẽ nhìn vào album ước mơ của mình, xem mình đã đủ mục tiêu cho 5 lĩnh vực của đời sống (Sức khỏe - Mối quan hệ - Tài chính - Sự nhạy cảm - Công việc), và những mục tiêu ấy đã được thể hiện dưới hình thức các bức ảnh trong Album ước mơ của mình chưa?

3. Tôi đóng một cuốn sổ tay, trong đấy tôi có thể làm tất cả các bài thực hành của cuốn sách này bằng giấy trắng mực đen. Bằng cách này tôi sẽ không bỏ sót điều gì và có thể theo dõi sự tiến bộ của mình.

4. Tôi tự hỏi: "Tôi có gác lại việc gì trước mắt cho rằng chưa đúng thời điểm? Phải chăng đây lại là một sự thoái thác hay một sự viện cớ?".

## BÍ QUYẾT 7

### XỬ LÝ ĐÚNG VỚI STRESS

Một nhà thông thái đã làm cho học sinh của ông phải ngạc nhiên khi ông có thể điều khiển được sự tiết chế lao động. Học sinh hỏi ông làm thế nào mà ông lại có thể chế ngự để chẳng bao giờ bị stress\* (\* Sự căng thẳng, sự ức chế, một bệnh lý, nếu bản thân không tự kiểm soát được - BT), mà lúc nào cũng thư thái, tĩnh tâm. Lời đáp của nhà thông thái: "Khi tôi đứng là đứng, khi tôi đi là đi, khi tôi chạy là chạy". Học sinh của ông đáp lại: "Đó không thể là điều bí mật. Vì chúng con cũng làm như vậy. Nhưng mà tại sao chúng con lại rất dễ bị Stress, mặc dù chúng con có khá ít công việc?". Nhà thông thái đáp rằng: "Có lẽ nguyên nhân là ở chỗ các con: chưa đứng đã đi, chưa đi đã chạy, chưa chạy đã muốn tới đích".

\*\*\*\*\*

Stress hình như đã trở thành nỗi hành hạ của công chúng. Hầu hết mọi người ngày nay đều phải chịu đựng ít nhất thì cũng từng lúc. Và người ta thống nhất rằng: Stress có hại cho sức khỏe. Vì vậy nhiều người tìm cách né tránh Stress. Nhưng khó mà có ai biết chính xác, thực chất Stress là cái gì. Và do vậy làm nảy sinh những khái niệm nhầm lẫn và cả chuyện hoang đường. Chúng ta hãy xem xét ba chuyện "hoang đường" thường nghe nhất về Stress:

1. Stress gây ốm đau
  2. Lao động quá nhiều sinh ra Stress
  3. Người ta nên tránh Stress
- Cả ba thông điệp này đều không đúng.

## **STRESS LÀ SỨC KHỎE**

Chúng ta hãy bắt đầu với thông điệp số 1: Stress gây ốm đau. Sự thực ban đầu Stress là biểu hiện sự khỏe mạnh. Nó xuất hiện khi sự cân bằng bên trong của các tế bào cơ thể bị phá vỡ. Các hoóc môn Stress lập lại trạng thái cân bằng của các chức năng trong cơ thể. Hiện tượng này có thể được ghi nhận cả tích cực lẫn tiêu cực. Liều lượng và sự kiểm soát đưa lại sự khác biệt. Vậy nên năng lượng hữu ích của lửa dưới dạng ngọn nến là tích cực. Nhưng hỏa hoạn là không kiểm soát được và tiêu cực.

Stress là sức khỏe và tích cực, chừng nào nó được khai thác có lợi và nằm trong phạm vi kiểm soát.

## **NEU CHÚNG TA KIỂM SOÁT ĐƯỢC Ý NGHĨ CỦA CHÚNG TA THÌ STRESS KHÔNG THỂ ĐEO BẮM CHÚNG TA**

Thông điệp thứ hai cũng sai. Lao động nhiều không phải là nguyên nhân của Stress. Stress phát sinh không từ hoàn cảnh bên ngoài mà từ những gì chúng ta làm trong hoàn cảnh ấy. Đối với những Stress ở chúng ta thì công việc tự nó không phải là nguyên nhân mà là do cách thức làm việc của chúng ta.

Người ta kể rằng Gandhi khi đã trên bảy mươi tuổi vẫn làm việc hàng ngày 16 giờ, không hề bị Stress. Làm sao có thể như vậy? Điều bí mật là ở chỗ tập trung vào một công việc duy nhất. Các thiên tài thực sự có thể hoàn toàn tập trung nghiên cứu một công việc, xong rồi gạt bỏ toàn bộ ra khỏi trí óc của mình để tiếp tục hiến thân cho một công việc mới.

Trong khi hành hương hai thầy tu nọ gặp một thiếu phụ xinh đẹp, nàng không thể đi qua con suối chảy xiết. Không chần chừ một trong hai thầy tu đã cõng nàng và đưa nàng sang bờ bên kia. Rồi họ tiếp tục đi tiếp. Mãi về sau thầy

kia mới trách móc bạn mình: "Chúng ta đã có lời nguyện không động chạm đến phụ nữ. Làm sao mà đệ lại có thể công nàng trên lưng ngang nhiên như vậy". Thầy họ bèn đáp: "Đệ đã đặt nàng xuống bờ suối trước đây một giờ. Còn huynh, rõ ràng vẫn còn tơ tưởng tới nàng trong đầu".

Hầu hết mọi người không thể kiểm soát ý nghĩ của mình. Trong khi họ đang tìm cách hoàn thành một nhiệm vụ thì họ nghĩ tới hôm qua họ quên chuyện gì và việc gì ngày mai, ngày kia phải làm. Suy nghĩ của họ cũng giống như đám cháy không kiểm soát được. Để lợi dụng Stress như một năng lượng có ích, chúng ta phải kiểm soát được ý tưởng của chúng ta. Có được sự kiểm soát khi chúng ta hoàn toàn tập trung, quy tụ và chú tâm vào công việc. Chúng ta cần biết cách tập trung tất cả trí và lực vào một khoảnh khắc.

Cách quy tụ này có thể luyện được. Thực ra không có ai mà lúc nào cũng có thể hoàn toàn tập trung được. Nhưng người thành đạt biết rèn luyện cho mình khả năng tập trung và luôn hoàn thiện nó.



## HÃY ĐỂ Ý TỚI ĐÔI VAI VÀ HÀM RĂNG CỦA BẠN

Về thông điệp thứ ba cho rằng người ta cần tránh Stress tối đa. Cũng sai! Chúng ta không thể né tránh Stress. Người nào tìm cách làm điều đó, tất có nhận định: "Mình nhanh chóng cảm thấy bất lực".

Ai đó muốn tránh né Stress, thì họ nhận được chính điều ngược lại. Anh ta luôn cảm thấy bị "nhiễm" Stress. Không có cuộc sống phi Stress. Vì vậy chúng ta rất nên học tập để vận dụng Stress và chấp nhận nó. Người nào hay săn sóc bản thân sẽ cảm nhận được lúc Stress "tiêu cực".

Có hai dấu hiệu rõ rệt của cơ thể lúc bị Stress: đôi vai cứ nhô lên cao dần. Bạn hãy quan sát một người bị Stress. Bạn sẽ có nhận xét: Đôi vai anh ta nhô lên hơn 5 cm so với lúc thư giãn.

Biểu hiện thứ hai là nghiến răng. Ai hay lái xe đường dài nên chú ý điều đó. Trong trạng thái thư giãn hàm dưới " thả lỏng" thoải mái, nhưng ai quá căng thẳng thường nghiến răng khoẻ. Anh ta nên nhanh chóng giải lao. Chỉ cần 5 phút thôi. Bạn hãy đứng lên im lặng, tập trung vào thở sâu và khi thở ra hạ thấp vai xuống. Bạn sẽ cảm thấy bài tập này làm thư giãn sự căng thẳng và hàm răng thả lỏng trở lại.

## 24 QUY TẮC ĐỂ CHUNG SỐNG VỚI STRESS

Stress được kiểm soát là một động lực lành mạnh và tích cực. Các quy tắc dưới đây sẽ giúp bạn dù bận rộn công việc vẫn tĩnh tâm và thư giãn.

1. Quy tắc quan trọng nhất: Bạn hãy tập trung hoàn toàn vào công việc đang tiến hành. Nếu bạn ăn, hãy ăn đi (và không đọc). Bạn đừng bao giờ làm hai hoặc ba việc cùng một lúc. Bí mật của niềm vui là sống hết mình ở nơi bạn đang có mặt.

2. Hãy phanh lại: bạn hãy xác định lấy nhịp độ lao động mà bạn cảm thấy dễ chịu.

3. Bạn hãy dành thời gian cho những việc cơ bản trong đời bạn. Hãy lên kế hoạch hàng tuần, hàng ngày.

4. Bạn đừng đưa quá nhiều dự định vào sổ công tác. Người làm nhiều việc thì chỉ còn cách chống đỡ như thể bị cưỡng chế.

5. Bạn hãy học cách chạy trốn. Vì có khi người thân yêu nhất cũng có thể là người gây Stress cho mình. Một tấm biển "Đề nghị không quấy rầy" ở cửa không chỉ cần dùng trong khách sạn.

6. Bạn hãy cân đối thời gian để lúc nào cũng có thể đúng giờ. Sự vội vàng cũng gây ra Stress.

7. Bạn hãy gạt bỏ những cao vọng và mọi

sự cầu toàn quá cao ở bản thân mình.

8. Khi công việc có kết quả bạn hãy vui mừng. Giải lao và liên hoan đi. Bạn hãy biết tỏ lòng biết ơn và biết hạnh phúc. Bạn hãy thụ hưởng những cảm giác ấy.

9. Bạn đừng mong chờ vào những kết quả lâu dài. Hãy biết chấp nhận rằng có hè có đông, có núi non và bình nguyên êm ả.

10. Bạn đừng tự đề cao mình, thì bạn không thể thất vọng và không dễ bị xúc phạm. Khi thành đạt và thất bại, lời ca ngợi và tiếng khiển trách không làm bạn bật lò xo, thì bạn sẽ có được sự bình yên nội tâm.

11. Sự lo lắng không cần thiết về tương lai làm phương hại tới sự tập trung của bạn và mang đến Stress. Bạn hãy tập trung tất cả tâm lực cho hiện tại.

12. Hãy trật tự, ngăn nắp. Ai chỉ có chiếc khăn bàn trên bàn làm việc sẽ có cơ hội lớn hơn để tập trung vào công việc. Hãy dọn sạch bàn trước khi bạn bắt đầu một công việc mới.

13. Bạn hãy học cách thưởng ngoạn mọi việc mình làm. Rồi niềm vui khắc đến, khi chúng ta thư thái, cố gắng làm một việc tốt đẹp gì đấy. Bạn hãy có tâm trong mọi việc làm. Ngay cả những việc tỉ mỉ, khéo tay cũng mang lại sự vui vẻ.

14. Bạn hãy ấn định giờ giải lao và phải duy trì nó. Khi bạn nghĩ rằng: không có thời

gian để giải lao nữa, thì chính là lúc bạn cần giải lao.

15. Bạn hãy hành động và điều chỉnh hành động. Nhưng bạn cũng cần làm cả những việc gây Stress, miễn là mình luôn kiểm soát được nó.

16. Nếu bạn nghĩ rằng: bạn có quá nhiều việc để làm, bạn hãy liệt kê các công việc đó ra. Nhiều khi thực ra cũng chẳng nhiều như ta hình dung. Rồi bạn tiến hành mọi việc theo thứ tự ưu tiên.

17. Hãy đề cử. Bạn hãy tự hỏi xem ai là người có thể sẻ chia công việc với ta. Bạn hãy tập dượt, giao bớt quyền hạn và nhiệm vụ. Bạn hãy cho người khác một vận may: phạm khuyết điểm. Bạn không phải làm tất cả mọi việc.

18. Một phần của ngày để cho những việc theo "thói quen". Chính nó giúp bạn duy trì sự cân bằng cho cơ thể.

19. Thỉnh thoảng bạn thử đóng vai khôi hài, vui tính và hãy cười lên. Ai có thể cười, người đó làm vua.

20. Nếu bạn là người "hiếu thắng": thỉnh thoảng bạn hãy làm một việc gì đấy hoàn toàn không có dụng ý. Không phải tất cả mọi việc bạn làm đều có ý nghĩa. Bạn hãy cho phép mình tùy tiện, dễ tính đôi khi.

21. Bạn hãy tránh những trường hợp phải ứng trực. Đôi người cho rằng có hiệu quả

lớn, nếu thỉnh thoảng tắt máy điện thoại di động. Có lẽ sẽ tốt hơn thay vì thỉnh thoảng tắt máy bằng thỉnh thoảng mở máy điện thoại di động.

22. Bạn hãy chủ động hơn. Cho phép mình dành thời gian để thư giãn, giao lưu, bông đùa... Bạn hãy đầu tư cho sức khỏe và phong độ của mình.

23. Bạn hãy đều đặn dành cho mình một "ngày buông thả". Lần cuối cùng bạn nằm dài suốt ngày trên giường là vào hôm nào?

24. Bạn đừng tìm cách thực hiện tất cả các quy tắc cùng một lúc. Làm như vậy là bị Stress.

Im lặng và bình tĩnh là những trạng thái bình thường của chúng ta. Thậm chí trí óc có xu hướng thiên về tình trạng đó. Hãy gắng làm chủ tâm tư, thay vì để cho trí óc chế ngự mình. Có nhiều cách làm điều đó. Nhưng có lẽ không có gì hiệu quả hơn là những bài tập "thiền" đã quen biết từ lâu, sự tĩnh tâm có ý thức, hoặc sự hoà nhập vào vũ trụ. Nhiều người hôm nay nghe theo lời khuyên đã sử dụng các bài tập thiền để có được sự tĩnh tâm và sự yên hoà. Bất luận tín ngưỡng hoặc thế giới quan nào con người tiếp cận, thì mỗi người đều có thể biến "thiền" thành một bộ phận của đời sống. Và chắc hẳn còn lâu mới có một cái gì khác có thể thay thế nó: "phép thiền".

### **Thực hành:**

Hôm nay tôi sẽ cải thiện khả năng của tôi để chung sống với Stress, bằng cách tôi quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Khi điện thoại reo, tôi xem như đây là tín hiệu để chú ý tới đôi vai và hàm răng dưới của tôi. Nếu biết cách thư giãn lập tức tôi thả ra chậm chậm và đồng thời hạ vai xuống. Tôi lặp lại nhiều lần như vậy.

2. Hôm nay tôi sẽ chú ý tập trung vào ăn trong bữa ăn. Tôi sẽ thắp một ngọn nến và đặt hoa lên bàn. Tôi mở nhạc êm dịu và dành thời gian cho mình thực sự thụ hưởng một bữa ăn.

3. Hôm nay tôi sẽ tập trung nhiều vào người đối thoại của tôi. Tôi sẽ chú ý họ nói chuyện gì, họ giải trình như thế nào. Và tôi sẽ tìm hiểu để đọc được ý nghĩ của họ qua nét mặt. Tôi muốn hoàn toàn thông cảm với người đối thoại.

4. Tôi chọn ra 24 quy tắc, những quy tắc đặc biệt có thể giúp tôi thư giãn và bình tĩnh trở lại và treo nó lên nơi dễ nhìn thấy. Nếu hôm nay tôi cảm thấy Stress tiêu cực, tôi sẽ nhìn ngay lên danh mục của tôi.

5. Hôm nay tôi sẽ ngồi yên lặng, thoải mái 15 phút để chẳng làm gì cả.

## BÍ QUYẾT 8

### HÃY TÌM CÁCH VƯỢT KHÓ

Ngài W. Churchill được mời đến diễn thuyết ở một trường đại học khi ông đã 93 tuổi. Nhiều người từ xa đã đến để được nghe người đương thời nổi tiếng nhất của đất nước mình nói chuyện. Khi ông bước vào hội trường thì hàng ngàn người đã tụ họp ở đấy. ông Hiệu trưởng trường đại học đã giới thiệu Churchill là người Anh đã sống một cuộc đời có ý nghĩa nhất, với ý định nhường lời để ông trình bày một bài nói quan trọng kể về thực chất cuộc sống của mình.

Trong sự hoan nghênh nồng nhiệt, Churchill đi tới bục giảng và bắt đầu bằng câu sau đây: "*Các bạn thân mến, các bạn không bao giờ được đầu hàng, không, không, không*".

\*\*\*\*\*

## CUỘC SỐNG CỦA CHURCHILL

Phải một lúc sau mọi người mới hiểu ra: bài nói chuyện đã kết thúc. Không phải tất cả đã hài lòng. Nhưng nếu chúng ta tìm hiểu tiểu sử của Churchill, chúng ta sẽ biết rõ tại sao bài nói của ông chỉ ngắn gọn có vậy.

Không có gì quan trọng đối với ông già bằng bức thông điệp này: ai lùi bước, kẻ đó sẽ thất bại. Chúng ta có thể phạm sai lầm. Điều đó không có gì xấu xa. Có bao nhiêu vấn đề con người có thể giải quyết được. Nhưng nếu chúng ta nhượng bộ, thì nó sẽ tuột đi. Ai đã một lần bó tay trước một ước mơ, chắc hẳn sẽ không bao giờ ước mơ nữa. Và ai ngừng ước mơ người đó không còn năng động nữa.

Một thời gian dài Churchill là một nhà hoạt động chính trị bị bỏ rơi. Sức chịu đựng của ông được thử thách qua nhiều năm. Cuối cùng khi ông được tiến cử chức Thủ tướng thì Đại chiến thế giới thứ hai bùng nổ.

Người ta hỏi ông: do đâu mà ngài biết rằng trong thời gian khó khăn ấy, ngài đã hành động đúng? Churchill trả lời: "*Tôi biết điều đó, vì tôi đã chuẩn bị cả đời cho nó*". Sau đây là thời gian máy bay chiến đấu của Đức dội bom xuống Luân Đôn. Anh quốc hầu như đến ngày tận số. Hàng đêm máy bay oanh tạc lại đến. Ngày càng có nhiều người chết. Cố vấn và các



yếu nhân yêu cầu Churchill đầu hàng quân Đức, để cho cuộc "giết người vô nghĩa" dừng lại.

Vào một đêm, Churchill trải qua một thử thách quyết liệt. Máy bay tiếp tục gieo rắc sự chết chóc xuống thành phố Luân Đôn. Bạn bè thân cận của Churchill vây quanh ông và muốn thuyết phục ông đầu hàng. Họ phê phán ông đang hy sinh dân tộc mình một cách vô nghĩa. Chính những người bạn thân cận nhất đã đổ trách nhiệm rằng ông là người có tội trong việc giết chết đồng bào của mình.

Nhưng Churchill biết rằng: đầu hàng có nghĩa là còn phải gánh chịu nhiều hy sinh lớn lao hơn nữa. Thế rồi ông vung nắm tay lên nhằm vào những chiếc máy bay xám xịt mà hét lên: *"Ta sẽ không đầu hàng. Không bao giờ. Không, không, không"*.

## **BÀI HỌC KHÔNG THỂ BỎ QUA**

Không phải mọi người đều được thử thách khả năng chịu đựng như nhau. Nhưng đối với tất cả chúng ta sự chịu đựng là một trong những quy luật quan trọng nhất. Về mặt nào đó thậm chí còn là quy luật quan trọng nhất: tất cả các sai lầm khác bạn có thể sửa sai. Nhưng nếu bạn đầu hàng thì không thể. Mọi việc sẽ kết thúc và chấm hết. Vì vậy mọi người phải kiến tạo cho

mình một sức chịu đựng dẻo dai, một sự chấp nhận thất bại bền vững.

Tại sao người thành đạt lại xem khó khăn như một bài học? Tại sao đôi khi nhiều việc xảy ra đối với ta không hẳn ngẫu nhiên? Tại sao chúng ta hay phải đấu tranh? Không có câu trả lời nào thấu tình, đạt lý cho những vấn đề đó. Vì đấy là bí ẩn của cuộc đời.

Nhưng chúng ta biết: cuộc sống vận hành như vậy. Xương của chúng ta phải được chịu tải, nếu không nó sẽ yếu đi. Trong vòng ít ngày nó có thể gãy. Điều đó đã xảy ra với các nhà du hành vũ trụ khi họ phải sống trong tình trạng không trọng lượng một số ngày.

Chúng ta cũng cần những "phản đòn" để trở nên mạnh mẽ. Một cậu bé quan sát một con bướm khi nó đang cố gắng hết mức để chui ra khỏi cái kén. Cậu bé thương hại muốn giúp con bướm mở chiếc kén cho nó. Bố cậu đã giữ cậu lại. Vì sự "giúp đỡ" của cậu bé rất có thể đem lại cái chết cho con bướm. Cuộc đấu tranh đối với nó là quan trọng, vì qua đó đôi cánh của nó sẽ khoẻ lên. Không có sự cố gắng nó sẽ yếu đuối và không thể bay.

## NHỮNG BABY - BOOMER

Nhiều quý ông, những người đã từng đóng góp làm nên điều kỳ diệu kinh tế của nước Mỹ, đã sống qua thời kỳ khủng hoảng kinh tế trầm trọng vào tuổi thanh xuân của họ. Sau đó họ đi lính trong Thế chiến thứ hai. Họ đã học hỏi để vượt qua mọi khó khăn. Các quý ông - những người đã gây dựng nên các tập đoàn, các công ty - nay đã về già và bàn giao lại ghế "Sếp" cho các con trai, con gái. Và thế hệ này - Thế hệ Baby - Boomer - đã lớn lên khác hẳn bố mẹ. Họ không biết nghèo khổ. Bố mẹ của họ đã tránh cho họ mọi sự khó khăn, vì họ muốn con cái họ có một cuộc sống tốt đẹp hơn.

Nhưng khi những Baby - Boomer phải điều hành các công ty họ đã làm những gì họ vẫn thường làm: đó là né tránh mọi vấn đề, mọi khó khăn. Họ đã không trưởng thành từ công việc. Abraham Lincolin từng nói: *"Các người chẳng bao giờ có thể giúp đỡ con người dài lâu được nếu các người làm cho họ những điều mà chính họ có thể và cần phải tự làm lấy"*.

## KHÓ KHĂN LEO THANG

Cuộc sống giống chiếc cầu thang. Trên

từng đoạn nghỉ chúng ta giây lát quên đi độ dốc cầu thang. Nhưng rồi bỗng dưng ta vọt lên cao, nơi một đoạn nghỉ khác đang chờ đợi ta, chỉ khác là nó ở độ cao hơn.

Những đoạn nghỉ với những thách thức của nó có một ý nghĩa. Nó chuẩn bị cho ta những bậc tiếp theo. Mỗi bậc có những khó khăn riêng. Không chinh phục được nó, chúng ta không tiến lên được. Như vậy là tốt. Vì nếu không, chúng ta không đủ mạnh để đi tiếp những bậc tiếp theo.

Bạn không thể trốn chạy thất bại, vì nó là cuộc sống, thuộc về cuộc sống. Bạn không thể biến đổi những con người khác và quy luật tự nhiên. Nhiều việc bạn cũng không thể thay đổi. Tìm cách thay đổi chỉ có chuốc lấy thất bại. Điều duy nhất mà bạn có thể biến đổi là bản thân bạn và mức độ ảnh hưởng của những khó khăn tới bạn. Bất luận ý tưởng của bạn, sản phẩm của bạn hoặc dịch vụ của bạn tốt xấu thế nào: bạn sẽ không bao giờ là bất khả chiến bại. Thường xuyên có những người phải liả bỏ ý tưởng hoặc sản phẩm của mình, thường xuyên xuất hiện khó khăn hơn. Mỗi chữ "không" và mỗi thách thức dẫn tới hoặc là một sự đầu hàng hoặc là một khả năng để học tập và tiến thân. Khó khăn trở thành rào cản hoặc tôi luyện bạn cho những nấc thang mới. Sự chọn lựa là của bạn.

## **PHẢI CHĂNG ĐÂY LÀ SỰ LỰA CHỌN ?**

Bạn càng tích cực và càng tiến xa hơn thì những thử thách càng lớn hơn. Một số người muốn tránh né mọi vấn đề và tìm kiếm một công việc mà không bao giờ gặp thất vọng. Nhưng khó khăn là mẹ của mọi sự thành công. Kết quả của sự tìm kiếm uổng công phải chăng là sự thất vọng.

Một số người khác lại muốn dừng lại ở nấc thang mà họ đang đứng, vì họ biết rằng càng lên cao khó khăn càng tăng. Trong khi đó họ quên rằng chừng nào chúng ta dừng lại ở một nấc thang thì chừng ấy chúng ta chưa thành thạo một số vấn đề nhất định. Những vấn đề này không để chúng ta yên. Nó luôn hiện lên trước mắt chúng ta một cách nhàm chán. Điều đó không tránh khỏi dẫn đến nổi thất vọng. Rõ ràng học hỏi và chế ngự mọi thử thách mới là niềm vui của cuộc sống.

## **MỘT VÀI NẤC THANG THƯỜNG GẶP**

Người thành đạt cảm thấy hưng phấn khi biết rằng trên mỗi nấc thang có những khó khăn khác nhau. Họ vui mừng vô tư được giải quyết vấn đề ở một bình diện cao hơn. Nó chỉ

rõ cho họ biết rằng: họ đã trưởng thành lên.

Có lẽ vì nguyên nhân này mà Churchill đã hài lòng với câu: "*Các bạn không bao giờ được đầu hàng*". Ông nói "*Không, không, không*" vì ông biết có nhiều bình diện khác nhau, trên đây ta phải đương đầu với những khó khăn. Ví dụ các vấn đề sau đây bạn có thể đối mặt trên từng bình diện:

**1. Bình diện 1:** Bạn có một ý tưởng, nhưng chẳng ai tin tưởng rằng bạn có thể thực hiện ý tưởng đó. Bạn hữu và bà con của bạn khuyên bạn phải có "lí trí". Bạn phải học cách tự tin mạnh mẽ hơn.

**2. Bình diện 2:** Bạn muốn độc lập làm ăn, nhưng bạn cần nhiều vốn. Ngân hàng từ chối cho bạn vay, vì trước hết bạn phải chứng minh kết quả của mình. Nhưng để đạt được kết quả ấy, bạn cần tiền. Bạn phải học cách phấn đấu cho kết quả của mình.

**3. Bình diện 3:** Công việc của bạn đang trôi chảy, nhẽ ra được đón nhận sự khích lệ, thì bạn phát hiện có kẻ ghen ăn tức ở. Người ta đồn đại những điều sai trái về bạn. Bạn phải học cách coi những điều người khác nói về mình chẳng là cái gì cả.

**4. Bình diện 4:** Bạn đang gặp phải khó khăn và có việc trục trặc với đối tác của mình. Bạn có "quá ít thời gian" dành cho sở thích của đối tác. Đối tác lại không thông cảm với tham vọng của bạn. Bạn phải học cách lôi kéo đối tác hợp tác với mình. Và thừa nhận rằng mình sẽ mạnh hơn nếu mình có đối tác đứng về phía mình.

**5. Bình diện 5:** Bạn đã giành được một vài khách hàng lớn cho sản phẩm hoặc dịch vụ của bạn. Nhưng rồi họ không trả tiền, họ mất khả năng thanh toán. Bạn phải học cách chuẩn bị đón nhận mọi điều bất ngờ và lập sổ công nợ, hàng tồn kho.

**6. Bình diện 6:** Bạn hối hả với thành quả này đến thành quả khác, nhưng sức khỏe của bạn có vấn đề. Bạn phải biết rằng: cuộc sống của bạn không thể chỉ xoay quanh mọi thành quả trong nghề nghiệp. Bây giờ là lúc quan tâm đến những lĩnh vực khác của đời sống.

**7. Bình diện 7:** Bạn cần gặp những cộng tác viên có đào tạo. Nhưng không ở đâu có. Bạn phải biết cách chọn lựa. Điều khác biệt lớn là ở chỗ liệu bạn tìm kiếm được những "thân lừa" hay những cộng sự mà bạn tạo điều kiện cho họ có những cơ hội thực sự.

**8. Bình diện 8:** Một thời gian dài bạn có được những thành quả lớn, rồi bỗng dưng nhiều việc đổ bể. Bạn phải biết rằng không có thành công nào đứng được vĩnh viễn. Vì bên cạnh đỉnh cao bạn đứng là vực thẳm. Sau mỗi đỉnh cao là một thung lũng. Nhưng rồi sẽ lại có đỉnh cao...

**9. Bình diện 9:** Tất cả xem ra ngày càng vô nghĩa. Bạn không thể và không muốn đi tìm nguyên nhân. Từ lâu thu chỉ đủ bù chi. Bạn phải biết tự soi xét mình và quan tâm nhiều hơn đến người khác. Tiên trách kỷ hậu trách nhân.

Trên đây mới chỉ là lược trích những bài học thường nhật. Đôi khi bạn chưa học xong bài này thì bài kia đã xuất hiện. Cuộc sống là như vậy.

Khi ta gặp một bài học như vậy sẽ có một trong hai điều xảy ra: hoặc là ta đầu hàng hay là ta lớn mạnh thêm. Bạn có thể nhìn nhận vấn đề tích cực hơn: khi bạn gặp phải một khó khăn mới, điều đó có nghĩa là bạn đã bứt phá lên phía trước. Bạn đang rời bỏ với bình diện cũ và đang ở trên một bình diện cao hơn. Bạn đã tự rèn luyện cho những nhiệm vụ mới.



## ĐỘNG LỰC

Chỉ có một con đường là thúc đẩy quá trình học tập và trưởng thành. Người thành đạt chẳng chờ đợi hoàn cảnh khó khăn. Họ đối mặt có ý thức với những thách thức mới. Họ bắt đầu những dự án mới, mặc dầu họ biết rằng ở đây họ phải chinh phục nhiều vấn đề.

Những gì đối với các người khác xem là hoàn cảnh khó khăn thì đối với họ là những thách thức và vận hội. Khẩu hiệu của họ là: sau mỗi vấn đề đã được giải quyết, chúng ta hãy tìm ngay một vấn đề mới, to lớn hơn. Họ biết rằng nhiệm-vụ càng cao thì rủi ro càng nhiều.

Vì vậy họ rèn luyện có ý thức khả năng của mình để đối phó với khó khăn. Họ lấy đâu ra sức lực để làm điều đó? Họ đã có một phát hiện thú vị: khởi đầu của một công việc mới, những điều kiện tương đối dễ dàng lại có vẻ khó khăn. Nhưng những điều khó khăn về sau lại có vẻ dễ dàng. Nó giống như khi chúng ta tập viết. Trong các giờ đầu tiên thật là khó khăn để viết được một chữ "a", thì vài năm sau "nhanh như máy khâu".

Bạn phải khắc phục được những khó khăn trước mắt. Nếu bạn đạt được điều đó, "cơ bắp chịu đựng" của bạn sẽ phát triển và bạn sẽ vượt qua khá dễ dàng các hoàn cảnh khó khăn về sau.

Không phải những khó khăn kìm hãm chúng ta mà trong mọi trường hợp là thái độ của chúng ta đối với những khó khăn đó. Kẻ thù nguy hiểm duy nhất cần truy lùng không ai khác mà chính là trong chúng ta. Người thành đạt không, không, không bao giờ đầu hàng. Không bao giờ!

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ cải thiện khả năng khắc phục khó khăn của mình, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau đây:

1. Hôm nay tôi sẽ không khuất phục bất kỳ trường hợp nào. Tôi biết rằng có nhiều hình thức đầu hàng. Vì vậy hôm nay tôi sẽ thực hiện tất cả những gì mình dự kiến.

2. Tôi suy nghĩ về thái độ của mình đối với những vấn đề và nhận định: một mình tôi sẽ đưa ra quyết định và sẽ xử lý vấn đề ấy như thế nào. Có lẽ tôi sẽ không chào đón những khó khăn ngay khi nhìn thấy. Nhưng khi nghĩ lại tôi nhận thức được rằng những thách thức trong đời tôi chính là vật liệu giúp tôi xây dựng chiếc cầu thang lên tới thành công.

3. Tôi sẽ tìm cách nhanh chóng nói chuyện với một người thành đạt, anh ta từng khắc phục một hoàn cảnh khó khăn tương tự và yêu cầu anh ta một lời khuyên.

4. Tôi viết ra những khó khăn nào tôi đã khắc phục được. Có như vậy tôi mới đạt được niềm tin ở tương lai.

5. Tôi bắt đầu một thư mục, trong đấy tôi ghi chép lại tất cả những bài học quan trọng của đời tôi. Cứ như vậy tôi rút ra bài học từ những sai lầm và những khó khăn.

## BÍ QUYẾT 9

### ĐỪNG CHẾ MỜI MỘT BÁNH XE

Một thanh niên nọ tìm đến một sư phụ, vì anh ta muốn tìm hiểu những bí mật của cuộc sống. Người thầy đã yêu cầu anh ta giới thiệu về mình. Thế là người thanh niên đã huyên thuyên hồi lâu về những phẩm chất tốt đẹp và những thành đạt của anh ta.

Khi người thầy thông minh giao phó cho cậu một công việc đầu tiên, cậu tỏ vẻ không bằng lòng. Cậu cho rằng mình có ý tưởng tốt hơn. Bởi vì cậu ta đã từng đạt được một vài thành quả, dù rằng ở các lĩnh vực khác, nhưng chắc chắn người ta có thể áp dụng trong hoàn cảnh này. Bất luận sư phụ giảng giải điều gì, người thanh niên nọ luôn có những đề xuất "tốt hơn".

Sau đó, sư phụ trao cho chàng trai một chiếc cốc và yêu cầu cầm trong tay. Rồi ông bắt đầu đổ rượu vang từ một chiếc bình vào cốc. Khi chiếc cốc đã đầy, rượu chảy tràn xuống đất. Sư phụ vẫn tiếp tục rót, cho tới khi chàng trai

hoảng hốt kêu lên: "Ngài đừng rót nữa, phí phạm hết cả". Sư phụ đáp rằng: "Nó cũng như tất cả những gì tôi có thể bảo ban anh, chỉ phí phạm thôi. Anh cũng đã đầy như chiếc cốc này". Chàng trai bèn hỏi: "Thế ra những kinh nghiệm tôi tích lũy chẳng có một chút giá trị nào ư?"

Sư phụ đáp: "Cái kiểu suy nghĩ của anh đã đưa anh đến con người hôm nay, và cho anh những gì hôm nay anh có. Cứ cái kiểu tư duy này anh sẽ không đạt được những gì mà anh mong muốn. Anh hãy đi đi, và hãy trở lại khi anh đã "roi". Chỉ lúc đó tôi mới có thể chỉ bảo cho anh".

\*\*\*\*\*

Chắc hẳn trong lĩnh vực của bạn thể nào chẳng có những cánh chim đầu đàn, những người đại diện cho những người thành đạt. Bạn đã lần nào quan tâm làm quen và tìm ý kiến tư vấn của các nhân vật này. Hay là bạn chọn con đường tự thân vận động.

## **CHÚNG TA CẦN DỪNG CẢM NHẬN LẦY NHỮNG THÁCH THỨC**

Tính sáng tạo là một đức tính đáng khát

khao. Nhưng không thể vận dụng trong mọi thời điểm. Đôi khi chúng ta phải trả giá vì sự sáng tạo. Đây là trường hợp khi khởi sự một hoạt động mới, nếu chúng ta tìm cách thể hiện sự sáng tạo trong một vài công việc giản đơn. Nhẽ ra phải đảm nhiệm cả một guồng máy tinh vi để học cách làm chủ nó thì nhiều người lại tìm cách "chế mới một bánh xe". Điều đó gần như là một động tác để làm mọi người kính nể. Vấn đề là ở chỗ: chúng ta còn né tránh bắt tay vào những công việc thực sự được bao lâu? Tính sáng tạo rất có thể trở thành một cái cớ để không chịu học những công việc rất cơ bản.

Chắc rằng với năm tháng bạn sẽ phát hiện ra sở trường của mình. Nhưng đặc biệt lúc khởi đầu một hoạt động bạn chớ nên phí phạm công sức để "chế mới một bánh xe". Bạn cần tập trung sức để vượt qua những chướng ngại vật ban đầu, những trở ngại không thể tránh khỏi mỗi khi khai trương một hoạt động mới.

Chẳng có gì có thể thay thế được việc làm chủ những sách lược cơ bản, những dụng cụ đồ nghề. Cũng có nhiều người nghĩ rằng: những việc đơn giản chẳng đến tay họ. Họ tin tưởng rằng một chiến lược khác mới cần thiết tới kinh nghiệm, tri thức và vị trí đặc biệt của họ.

Nhưng thực tế, mỗi người là một cá thể, và cũng như vậy vị trí hoàn cảnh cá nhân là đơn nhất. Vì vậy chiến lược cơ bản được gọi đích

danh là "cơ bản", vì nó dạy cho mỗi chúng ta những điều sơ đẳng để tiếp quản những hoạt động mới.

## **BAN ĐẦU THÓI QUEN ĐƯỢC ĐÀO TẠO**

Thời kỳ ban đầu của một hoạt động mới thường không được đánh giá đúng mức. Nhiều người cho rằng chỉ cần thận trọng khi cần thiết. Đấy thường là một sai lầm định mệnh. Vì ban đầu là lúc mọi trật tự kỷ cương quyết định được hình thành. Sau đấy mới hình thành dây chuyền sản xuất. Chính vì vậy thật là quan trọng, ngay từ ban đầu phải đào tạo những kỹ năng chính xác. Bạn biết câu tục ngữ "luyện tập làm nên tài năng". Thực ra câu tục ngữ này thường bị hiểu sai. Chỉ có khổ luyện làm nên tài năng. Luyện tập tự nó mới chỉ mang lại sự ổn định. Cứ mỗi thứ bạn tập luyện sẽ trở thành một thói quen. Nếu bạn tập cái gì đúng bạn sẽ có thói quen tốt, nếu bạn tập cái gì sai bạn sẽ có tập quán xấu.

Lúc khai trương một hoạt động mới bạn hãy xác định những tập quán sẽ theo bạn suốt trong quá trình hoạt động. Việc gì bạn làm bây giờ về lâu sẽ trở thành nề nếp. Chu kỳ thực tập rõ ràng không phải là thời điểm để mà chơi, và để mà thể nghiệm. Ai làm điều đó sẽ tạo cho

mình một thói quen: chơi bời và thể nghiệm, thói quen "cưỡi ngựa xem hoa".

## **CHU KỲ TRẺ THƠ - CHU KỲ NIÊN THIẾU VÀ CHU KỲ TRƯỞNG THÀNH**

Con người trải qua trong đời sống nghề nghiệp những chu kỳ khác nhau. Trước tiên là chu kỳ trẻ thơ. Trẻ con thường tham lam, học hỏi càng nhiều càng tốt. Chúng bắt chước tất cả những gì chúng nhìn thấy. Chúng chẳng hỏi điều có nghĩa hoặc vô nghĩa. Chúng tiếp nhận tất cả.

Thật thú vị khi chỉ bảo đôi điều cho con người trong thời kỳ này. Sau khi thích nghi với một vài thành quả, chu kỳ niên thiếu bắt đầu. Tuổi niên thiếu tin tưởng rằng, tự mình biết mọi điều hơn lẽ thiệt. Lứa tuổi này trở nên bướng bỉnh. Đây là một giai đoạn rất nguy hiểm. Vì ai cũng nghĩ rằng mình biết mọi đáp án, thì sẽ ngừng chất vấn. Và như vậy anh ta sẽ ngừng học hỏi, ngừng trưởng thành. Không ai có thể thực sự giúp đỡ một trang niên thiếu, khi cậu ta không muốn cầu cạnh. Nhiều em sống thu mình trong chu kỳ niên thiếu. Chúng còn coi mình là thông minh và sống bằng những "hào quang" của quá khứ.



Vấn đề ở đây cũng đơn giản thế này: chỉ ít trong khi những kết quả mong muốn chưa định hình, tốt hơn là chúng ta biết "nghe lời". Cách suy nghĩ này mang lại cho chúng ta cái mà hôm nay chúng ta sở hữu. Cũng cách suy nghĩ đó ngăn chúng ta biến thành những con người mà ta bị cám dỗ.

Đôi khi thật là thông minh, làm theo một lời khuyên của một người sáng suốt. Cuối cùng là tiếp nối chu kỳ trưởng thành. Chúng ta lại trở nên hiếu học, vì chúng ta biết rằng luôn có "đất dụng võ". Chúng ta không có tất cả đáp án và cũng sẽ không bao giờ có tất cả đáp án cuộc đời. Các sự kiện sẽ không dừng lại vì chúng ta biết thêm đôi điều hoặc kiếm được nhiều hơn. Rốt cuộc mọi vấn đề sẽ phát triển lên một tầm cỡ khác. Vì vậy nó luôn đòi hỏi chúng ta nắm bắt tri thức mới, chuẩn bị sức vóc mới.

## HÃY MỜI CHUYÊN GIA

Chiến lược lợi dụng kinh nghiệm của người khác và "không chế tạo bánh xe mới" được vận dụng trên nhiều lĩnh vực của đời sống. Tương tự như khi bạn muốn giải quyết một vấn đề. Hầu như lúc nào cũng có hoặc đã có những người, họ đã giải quyết vấn đề ấy một cách thắng lợi. Bạn có thể sưu tầm tài liệu, thư tịch

về vấn đề đó hoặc bạn có thể tìm cách đối thoại với những người như thế.

Tương tự, như khi bạn tìm cách thực hiện một công việc nhất định nào đấy, những công việc không thuộc thẩm quyền của bạn. ở đấy, nhiều người muốn tiết kiệm tiền mời chuyên gia làm tư vấn, và tìm cách tự hoàn thành công việc. Những chuyện như vậy nhiều khi còn được công nhận một cách sai lệch: người ta ca ngợi những con người làm như thế là "người giỏi xoay xở, thật là con người đa năng". Sự thực ở đây một nguyên tắc quan trọng của người thành đạt đã bị bỏ qua: chúng ta biết tập trung vào những việc mà chúng ta có thể làm tốt nhất.

Tất cả những lĩnh vực khác chúng ta nên tiến cử chuyên gia, những người có thể làm việc đó một cách tốt nhất. Những người thành đạt lại tuân theo nguyên tắc "không chế tạo chiếc bánh xe mới". Một số người lập tức có ý kiến đối lập: "Nhưng việc đó tốn phí tiền bạc, nếu tôi lúc nào cũng muốn mời chuyên gia tư vấn". Điều đó đúng. Nhưng nhiều khi tiền bạc mang lại còn nhiều gấp bội, nếu chúng ta biết lợi dụng thời gian đã tiết kiệm được. Công việc của các chuyên gia tuyển chọn tốt thường kết quả gấp nhiều lần so với "phương pháp tự làm".

Một người bình thường dùng thời gian để tiết kiệm tiền bạc. Anh ta hoàn thành nhiều việc mà bản thân không đủ trình độ. Những

người thành đạt dùng tiền bạc để mua thời gian cho mình. Vì thời gian là tài sản có giá hơn. Tiền đánh mất ta có thể lại kiếm được. Thời gian đánh mất thì chẳng bao giờ kiếm được nữa.

## CÁCH HỌC NHANH NHẤT LÀ BẮT CHƯỚC

Ở châu Âu, người ta rất hay coi thường việc làm theo người khác một việc gì đấy. Thay vì bắt chước, người ta muốn sống theo bản chất riêng. Nếu muốn coi thường, khinh miệt một ai đấy người ta thường nói: hấn chỉ giỏi "học làm theo".

Nếu vậy thì hình như việc "chế tạo chiếc bánh xe mới" lại có giá hơn nhiều, theo phương châm: cái chính là tôi đã tự làm ra nó. Nhưng chúng ta đâu có đơn độc trên hành tinh này. Rồi sẽ có lúc nhân loại sẽ mệt mỏi để chào mừng lần thứ mấy trăm ngàn việc phát kiến ra chiếc bánh xe. Nhưng nó chẳng đưa nhân loại tiến lên được.

Tất nhiên là chúng ta có nhu cầu được chứng minh rằng chúng ta là khác thường, là cá biệt. Vấn đề là ở chỗ chúng ta thực hiện nhu cầu đó ở trình độ nào. Khi còn thơ ấu chúng ta bắt chước mọi việc quanh ta. Nhờ vậy chúng ta học hỏi rất nhanh và xây dựng cho chúng ta vốn sống. Cũng như chúng ta cần tiếp thu kiến thức

của những nhân vật thành đạt làm nền tảng cho những "kiệt tác" của bản thân ta. Một dấu hiệu của sự thông minh là biết kế thừa những thành quả của các người khác. Trên vai người khổng lồ chúng ta có thể nhìn xa, thấy rộng. Không biết vận dụng những kiến thức cơ bản của các tài năng đi trước vào tư duy và hành động của mình là xuẩn ngốc. Một cá nhân có thể phát triển tốt hơn nhiều trên nền những kiến thức đương đại, thậm chí còn có thể đạt đến đỉnh cao. Trước Mozart đã có những nhà soạn nhạc khác. Và ông đã học hỏi nhiều điều ở họ. Điều đó chẳng hề cản trở ông sáng tạo nên những nhạc phẩm thiên tài.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ thực thi chiến lược giành thắng lợi trong lĩnh vực của mình, bằng cách quyết tâm triển khai các bước dưới đây:

1. Tôi tìm ra những gì thuộc về kỹ năng cơ bản trong lĩnh vực của mình. Mức độ tay nghề của mình đến đâu? Tôi soạn thảo cho mình một chương trình hành động vì những kỹ năng hữu ích cho mình. Về chương trình này tôi sẽ đối thoại với một người thành đạt trong ngành mà tôi đang theo đuổi.

2. Tôi kiểm tra lại mình, liệu mình còn trong chu kỳ niên thiếu ở một lĩnh vực nào đó trong cuộc đời mình. Nếu có thì nó là rào cản

nhu cầu liên tục phát triển của tôi. Tôi sẽ lập tức tìm mọi cách để trở lại ham học như trước.

3. Trong mọi vấn đề tôi đều tự hỏi xem ai là người tài giỏi trong những vấn đề tương tự. Tôi tìm ý kiến tư vấn của những người này.

4. Tôi tự hỏi hôm nay mình có muốn làm những việc trên khả năng hoặc dưới khả năng mình. Tôi sẽ yêu cầu các chuyên gia giúp đỡ tôi hôm nay.

## BÍ QUYẾT 10

### HÃY TẠO QUÁN TÍNH

Đã lần nào bạn tìm cách dừng một con tàu đang lướt trên đường ray với tốc độ 200 km/h? Cả khi bạn cho xây một bức tường dày trên đường ray, con tàu vẫn sẽ ào ào xuyên qua chẳng khó khăn gì. Nguyên nhân là ở chỗ: con tàu có quán tính. Nó đang chuyển động, nó có lực kéo, nó đã vào hành trình.

Một đầu tàu có hàng ngàn mã lực. Nó đủ mạnh để làm chuyển động cả đoàn tàu. Nhưng nếu nó đứng yên thì một sức cản nhỏ cũng đủ để ngăn nó khởi hành. Nếu bạn đẩy vào trước một trong những bánh xe một con chèn, đầu tàu không thể khởi động. Mọi cố gắng đều vô ích.

Không có quán tính thì một tiểu tiết đã đủ làm cho cả một doanh nghiệp đình đốn. Khi có quán tính mọi việc như tự nó vận hành. Mọi lực cản chẳng còn là vấn đề.

\*\*\*\*\*

Tập quán cũ rất khó chấm dứt. Một hoạt động mới thường gặp khó khăn, đơn giản chỉ vì nó mới quá. Trong tình huống như vậy, bạn có thể dùng mọi vấn đề nhỏ nhặt khác và bắt đầu thực hiện ngay lập tức động tác tạo quán tính, càng sớm càng tốt. Bạn sẽ không bao giờ dọn dẹp được mọi vật cản và mọi hoàn cảnh không thuận lợi trên đường đi. Sẽ không bao giờ có thời gian nào mà mọi vấn đề đều ổn thoả. Những sự cố sẽ không còn là vật cản nghiêm trọng, vì bạn đã tạo được quán tính. Tạo quán tính là con đường duy nhất có ý nghĩa để vượt qua mọi sự cố và mọi tình huống khó khăn. Khi chúng ta đang trong một hành trình sung mãn thì mọi sự cố và tình huống mới lạ đều không thể làm ta quá lo lắng.

Trông thực tiễn tất cả thời gian bạn đầu tư vào doanh nghiệp hoặc nghề nghiệp đều hỗ trợ cho việc tạo quán tính của bạn. Tất cả mọi việc bạn làm sẽ hoặc là giảm thiểu hoặc tăng cường quán tính của bạn.

Do vậy, trong mỗi hoạt động mới khai trương, đặc biệt vào giai đoạn đầu, chúng ta cần nhanh chóng tạo ra quán tính. Nó giống như khi ta muốn đẩy một chiếc ô tô đang đứng yên. Những mét đầu tiên là những mét khó khăn nhất. Bạn cần dùng hết sức. Nhưng khi chiếc xe đã lăn bánh, bạn chỉ cần một lực ít hơn nhiều.

Chúng ta đã chứng kiến nhiều người

không hề biết tạo lập quán tính, vì họ sa vào một trong bốn lối suy nghĩ sau đây:

\* "Tôi sẽ thử xem sao".

\* "Trước tiên tôi thử dùng chỉ nửa sức mình".

\* "Tôi làm việc còn tùy vào kết quả".

\* "Trước tiên là tìm kiếm chiến lược đúng".

Dưới đây bạn sẽ hiểu tại sao cả 4 quan điểm trên đều hạn chế thành quả và quán tính.

## KHÔNG CÓ KHÁI NIỆM "THỬ"

Thử đẩy chiếc xe, điều đó là không thể. Hoặc bạn dồn toàn lực và đẩy nó đi hoặc bạn để yên vị trí. Muốn thử làm một việc gì đấy, thực chất cũng "bất khả thi". Hoặc bạn làm việc nọ hoặc bạn không động đến nó.

"Thử tìm cách đứng lên" là không tồn tại. Hoặc bạn đứng lên, hoặc bạn ngồi yên. Những người nói rằng họ thử việc này, việc nọ, thường không hành động. Họ chỉ làm như thể họ đang chờ một vật cản đến gần ngăn không cho họ thực hiện ý định.

Ai làm việc gì trông chờ kết quả ấy. Ai thử việc gì trông chờ việc khác xen vào. Ví dụ về chiếc xe nằm yên minh họa rõ ràng hơn: nếu bạn chỉ dùng một ít sức để đẩy, thì nó chẳng



bao giờ lăn bánh. Bạn cũng sẽ chẳng bao giờ biết rằng công việc này khá nhẹ nhàng khi chiếc xe lăn bánh. Một nửa sự cố gắng không đem lại một nửa thành quả: nó chẳng mang lại cái gì cả.

## Kiểu làm ăn tùy thuộc kết quả cản trở quán tính

Thật là tốt nếu ban đầu của một hoạt động mới, bạn biết "tăng hết ga". Lúc này bạn cũng chưa nên chờ đợi gì nhiều. Ở thời điểm này để gặt hái kết quả hãy còn chưa quan trọng. Những kết quả hãy còn bấp bênh. Kết quả còn có thể phụ thuộc vào may rủi. Quán tính không tạo nên sự may rủi. Quán tính luôn sản sinh thành quả. Bạn hãy tập trung vào quán tính nhiều hơn là vào kết quả đơn lẻ.

Một người chú trọng vào kết quả nhiều hơn là vào quán tính, thường luôn tồn tại dưới khả năng của mình. Lao động chạy theo kết quả đặc biệt xảy ra khi ai đó không hành động mà chỉ biết "há miệng chờ sung", đến khi anh ta phát hiện ra một khả năng thuận lợi để đoạt lấy kết quả. Nói theo cách diễn đạt của những kẻ lười biếng là: "Tôi biết tầm tã kết quả".

Một khi đã có quán tính thì phương tiện và cách thức làm ăn sẽ xuất hiện, những thứ mà

đối với một người bình thường hãy còn là điều bí ẩn. Những kết quả đến thật bất ngờ và không lường trước được. Quán tính trở thành cỗ xe tự hành.

Kết quả sẽ tự động đến từ sự vận động. Đi vào vận hành là rất quan trọng. Ai thực sự khởi hành, người ấy sẽ đi xa dễ dàng hơn là dừng lại. Quán tính đưa bạn vào một cuộc hành trình.

## **BẠN ĐỪNG MONG CHỜ MỘT CHIẾN LƯỢC HOÀN HẢO**

Bạn không cần một chiến lược hoàn hảo, để có thể khai trương một dự án. Tin tưởng tất nhiên là một lợi thế. Nhưng một chiến lược không nhất thiết phải có điều kiện. Nhiều hãng nổi tiếng hôm nay, ban đầu cũng theo đuổi những chiến lược khác nhau, trước khi họ tìm được chiến lược thành công của mình. Khi bạn có một chiến lược đã qua kiểm định, thì bạn hãy hoạt động với chiến lược đó và đừng phí công tìm cách "chế tạo bánh xe mới".

Nhưng nếu bạn chưa có một chiến lược, thì bạn nên tin tưởng rằng, bạn sẽ tìm được nó, khi bạn đã tạo lập được quán tính. Bạn hãy thử nghiệm một vài chiến thuật mà người khác đã thực hiện. Bạn hãy chọn ra những chiến thuật

nào là phù hợp với mình nhất. Người thành đạt không ngồi yên chờ đợi một chiến lược hoàn hảo, vì họ biết rằng: chiến lược chỉ hình thành nhờ quán tính.

## **TẠO LẬP QUÁN TÍNH ĐÚNG CHỖ**

Hãy cẩn thận. Quán tính là hiện tượng con dao hai lưỡi. Nó có thể làm việc phục vụ chúng ta nhưng nó cũng có thể chống lại chúng ta. Một số người tạo lập quán tính trong thói cãi vã, tính bất mãn, trong hưởng thụ và trong cách tiêu tiền "vung tay quá trán"... Giả thử một người nào đó, với một "quy tắc chặt chẽ", bắt đầu hàng ngày ăn một thanh sôcôla. Thì sau một vài tuần anh ta có quán tính của người ăn sôcôla. Anh ta chẳng phải lấy làm ngạc nhiên, nếu như tính ham sôcôla bây giờ khó lòng dừng lại.

Vì vậy, thi thoảng chúng ta cần nghiêm khắc kiểm tra liệu mình có đang nhiễm phải những thói xấu không. Và chúng ta nên tự hỏi, thói quen nào ta muốn có. Rồi chúng ta chỉ còn mỗi việc lập chương trình hành động.

## QUÁN TÍNH BẮT ĐẦU CÙNG NGUYÊN TẮC

Để mang lại cho quán tính sự bền vững cần thiết, bạn phải kiến tạo một sức mạnh tinh thần quan trọng: nguyên tắc. Nếu bạn muốn thành công trong bất cứ một dự án mới nào, bạn phải nắm chắc hạ tầng cơ sở. Để nghiên cứu hạ tầng cơ sở bạn cần nguyên tắc. Bạn luyện tập càng nhiều, bạn càng giỏi giang hơn. Bạn giỏi giang hơn thì kết quả càng hấp dẫn hơn. Kết quả càng tốt hơn, bạn càng được khích lệ. Càng được khích lệ, bạn làm việc càng nhiều và càng có nhiều quán tính. Nhưng bắt đầu với nguyên tắc: nghiên cứu hạ tầng cơ sở. Chúng ta cần nguyên tắc để bước vào một cuộc hành trình. Điều đáng mừng là "cuộc chiến" chống lại những thói quen xấu của chúng ta không kéo dài vô tận. Phần lớn các nguyên tắc chỉ cần thiết cho thời kỳ quá độ, đến lúc bạn xây dựng được những thói quen mới. Bất luận khó hay dễ với bạn, khi bạn làm việc từ 3 đến 6 tuần với nguyên tắc nào đó, bạn sẽ xây dựng được một nề nếp mới. Như vậy là bạn có quán tính. Nghĩa là những công việc mà lúc đầu bạn chỉ có thể tiếp nhận với nguyên tắc cứng nhắc thì bây giờ đã trở thành trò tiêu khiển.

## BA GIAI ĐOẠN CỦA NGUYÊN TẮC

Làm thế nào mà một người lại có thể từ bỏ một thói quen có từ nhiều năm nay? Do quan điểm nói ở trên không hoàn toàn đúng. Vì trong thực tế ít nhiều ta luôn cần nguyên tắc. Chỉ ít thì cũng đôi lúc. Ngay cả khi ta đã có đủ quán tính. Có 3 giai đoạn của nguyên tắc.

Bạn hãy hình dung: bạn rất ghét đi tản bộ, nhưng lại muốn hàng ngày bắt đầu tập đi bộ.

**Giai đoạn thứ nhất** là giai đoạn xuất phát. Nó kéo dài khoảng 3 đến 6 tuần. Trong thời gian này bạn luôn phải "chiến đấu" với đôi chân.

**Giai đoạn thứ hai:** bạn hãy bắt đầu có quán tính. Hàng sáng nhẩy ra khỏi giường là xỏ chân vào giày bata như là điều tất yếu. Nhưng cũng chưa hẳn suốt tuần, mà chỉ trong năm bảy ngày. Hai ngày khác bạn vẫn cần ít nhiều nguyên tắc.

Nhưng lâu nhất cũng không bằng giai đoạn một. Một khi đã quen đi rồi, bạn cảm thấy thích thú. Rõ ràng là khác hẳn những tuần đầu tiên.

**Giai đoạn thứ ba:** bắt đầu sau khoảng 1 năm. Bấy giờ thì hàng sáng bạn sục chân vào giày như máy. Thậm chí bạn còn trở dậy với niềm hưng phấn để đi bộ. Giai đoạn này kéo dài

suốt đời. Rất hiếm khi ta phải dùng tới nguyên tắc. Quán tính tự nó sẽ tồn tại dài lâu.

## MỘT KHI ĐÃ VÀO CUỘC

Một khi bạn đã tạo lập được quán tính thực sự rồi, thì bạn chỉ cần duy trì nó. Lúc này bạn hiếm khi cần tới nguyên tắc. Quán tính đã hình thành mang lại cho bạn nhiều sức lực hơn khi bạn duy trì nó.

Một dự án lớn tiêu tốn nhiều triệu đồng cho một chiến dịch quảng cáo. Chiến dịch đã thành công và đầu ra tăng nhanh. Nhưng tập đoàn không ngừng việc quảng cáo. Các quan sát viên phỏng vấn người đứng đầu tập đoàn: tại sao ông không cho ngừng việc quảng cáo tốn kém. Cuối cùng ông đã vượt quá chỉ tiêu tổng sản lượng. Người đứng đầu tập đoàn trả lời: "Các bạn hãy hình dung, bạn đang ngồi trên một máy bay. Để nó cất cánh được cần một công suất năng lượng lớn. Sau một thời gian bạn cảm thấy yên ả, dễ chịu trong chuyến bay. Bạn có muốn lúc này tắt động cơ đi không?"

Quán tính như quả bóng tuyết. Phải tốn nhiều thời gian và công sức để làm một quả bóng tuyết, để đặt nó vào đường trượt, và để nó chạy đều xuống theo triền núi. Nhưng khi nó đã lăn, thì bạn hãy coi chừng. Nó sẽ lăn tiếp, lớn

thêm và nó sẽ đè bẹp tất cả những người nào muốn cản đường nó. Và nó lăn không mệt mỏi. Người thành đạt lao động hằng say để kiến tạo quán tính. Thật mất nhiều thời gian và công sức để khai trương một dự án tầm cỡ. Nhưng khi đã vào cuộc thì không có gì, không có ai có thể dừng nó lại - ngoại trừ bản thân bạn.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ tạo lập quán tính, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Tôi quyết định có ý thức rằng làm việc bằng mọi cố gắng có thể được của mình cho đến khi tôi đạt được quán tính. Tôi hiểu rằng nó rất kinh tế và thông minh. Chiếc xe lăn bánh dễ dàng hơn nhiều, khi nó đã được đẩy đi.

2. Hôm nay tôi làm mọi việc có nguyên tắc. Bởi vì tôi ý thức được nguyên tắc là chìa khoá để kiến tạo quán tính.

3. Hôm nay tôi không chú ý nhiều đến kết quả, vì tôi biết rằng, kết quả tự động điều chỉnh, khi tôi đã đạt được đủ quán tính. Tôi cũng không chờ đợi ở những hoàn cảnh tốt hơn, vì tôi biết: chỉ có quán tính mới tạo dựng hoàn cảnh tốt hơn.

4. Tôi lập xong danh mục của các lĩnh vực mà tôi đã tạo được quán tính. Quán tính phục vụ tôi, nhưng cũng chống lại tôi. Tôi sẽ liệt kê những lĩnh vực nào ngoài công việc ra tôi muốn

tạo lập quán tính, ví dụ: thể thao - thói quen ăn uống - đời sống gia đình - đọc sách báo - tiêu pha tiền nong.



## BÍ QUYẾT II

### HÃY ƯỚC MƠ VÀ SỐNG VỚI GIẤC MƠ

Một hôm cháu gái lên năm bói rồi nhảy lên giường mẹ. "Mẹ ơi! mẹ muốn trở thành gì, khi mẹ lớn lên"? Người mẹ nghĩ rằng chắc lại một trò chơi mới mà con gái của bà tự nghĩ ra đây. "Hừm, mẹ nghĩ rằng mẹ sẽ trở thành một người mẹ, khi mẹ lớn lên". Cháu gái phản đối: "Mẹ không thể trở thành mẹ được, bởi vì mẹ đã là mẹ rồi cơ mà. Mẹ muốn trở thành gì"? "Được rồi, thế thì mẹ muốn trở thành cô giáo." người mẹ trả lời.

- "Không, điều đó không được. Mẹ cũng đã là cô giáo mà".

- "Này con yêu, đáng tiếc. Mẹ không biết, mẹ nên nói cái gì".

- "Mẹ ạ, mẹ cứ nói với con đi, mẹ muốn trở thành gì khi mẹ lớn lên. Mẹ có thể trở thành tất cả những gì mẹ muốn mà".

Người mẹ chợt hiểu ra. Bà đang bị hoàn cảnh chế ngự đến mức không thể trả lời. Con gái bà chịu thua và rời phòng ngủ. Câu chuyện

bằng quơ đã làm bà mẹ rất bối rối. Trong con mắt của con gái bà, bà vẫn còn có thể trở thành tất cả những gì bà muốn. Gia đình của bà, nghề nghiệp của bà, hai đứa con của bà... Trong hoàn cảnh hầu như không thể biến đổi gì của bà, chẳng có gì có ý nghĩa với bà trong thời khắc này. Vì trong con mắt của đứa con gái trẻ thơ bà còn có quyền ước mơ. Tương lai của bà đâu đã được xác định. Trong mắt con gái bà, bà còn phải lớn lên và còn khối công việc bà có thể thực hiện.

\*\*\*\*\*

Hoàn cảnh hiện nay bạn đang sống là việc thứ yếu. Vấn đề duy nhất có tính quyết định là: bạn muốn gì và con người thế nào là hình tượng của bạn trong tương lai? Điều đó không tùy thuộc vào việc có ai đó nói với bạn rằng: "Điều đó là không tưởng".

Vấn đề trở nên quan trọng khi có một nhân vật không đồng tình trong cuộc chơi này: đó chính là bạn. Bạn đừng bao giờ nghĩ rằng cuộc sống của bạn đã "trôi qua". Vì nếu bạn không theo đuổi những ước mơ của bạn thì chẳng có ai làm thay cho bạn.

Một biểu hiện thứ hai, xem ra có vẻ vô hại, nhưng nó tàn phá khá nhiều ước mơ một cách lặng lẽ và nguy hiểm. Nó liên quan đến ý

tưởng: chưa phải lúc để theo đuổi các ước mơ, chưa phải là thời điểm thích hợp.

Bạn nên biết rằng, chẳng có một thời điểm lý tưởng nào cho một khởi đầu mới. Mỗi lần bạn trì hoãn là một lần bạn xa dần mục tiêu của mình.

## TRONG CÁI RỦI CÓ CÁI MAY

Ngay cả những tai họa không được phép làm chúng ta mất dũng khí. Rất có thể một tai họa nào đó ập xuống đầu chúng ta, làm chúng ta thấy tương lai hầu như vô nghĩa. Khi ấy chúng ta biết rằng "trong cái rủi có cái may", thường trong tai họa lại hé mở một vận may cho tương lai chúng ta.

Mối tình đầu của một cô gái 17 tuổi đã tan vỡ. Bạn trai đã chia tay với cô. Cô bé hoàn toàn suy sụp. Rồi một hôm cô liếc nhìn thấy một câu mẹ cô đã viết lên chiếc gương trong phòng ngủ bằng son môi: "Nếu á thần ra đi thì chính thần sẽ đến". Bạn muốn sống cả đời mình với á thần hay với chính thần? Bạn có muốn sống thoả hiệp không? Những câu hỏi như vậy thật không dễ trả lời. Có lẽ tốt hơn hãy để "thời gian ủng hộ chúng ta". Nhiều điều xảy ra trong cuộc sống mà chúng ta không kiểm soát được. Nhưng điều chúng ta có thể làm là ứng xử như

thế nào với nó.

Tháng 12-1944 khi Thomas Edison 67 tuổi thì phòng thí nghiệm của ông bị hoả hoạn thiêu trụi. Thiệt hại lên tới 3,5 triệu Mác. Và ông chỉ còn lưng túi vốn vụn 400.000 Mác.

Nhưng cái nghiêm trọng hơn là toàn bộ kết quả nghiên cứu của ông bị huỷ hoại. Bộ sưu tập khoa học và toàn bộ ghi chép, các biểu đồ của ông bị ngọn lửa cướp mất. Công trình cả đời ông đã tàn lụi. Con trai ông đi tìm ông và bắt gặp ông đang quan sát đám cháy từ một khoảng cách an toàn. ông hoàn toàn yên lặng và bình tĩnh, mỉm cười nhìn sự huỷ hoại. Sau đấy ông yêu cầu đưa ngay người vợ đến chỗ ông. Một lát sau khi bà vợ đến nơi, ông nói: *"Minh hãy nhìn kia, trong cả cuộc đời chúng ta sẽ không bao giờ còn được chứng kiến sự kiện độc đáo này. Tai họa có mặt tốt của nó. Tất cả sai lầm của chúng ta vừa cháy xong. Cám ơn Chúa, chúng ta lại có thể bắt đầu hoàn toàn mới"*.

Nếu như bạn đã từng trải qua một tai họa, chắc hẳn cách nhìn nhận như trên thật hữu ích. Đây là lúc bạn có vận hội để bắt đầu một cái gì mới. Tất nhiên chẳng có ai lại mong chờ tai họa để được làm một cái gì mới. Điều đáng mừng mà bạn cần ý thức được là: bạn được phép ước mơ, bạn được phép trở thành nghề nghiệp nào và thần tượng nào bạn mong muốn. Bạn có quyền phát hiện ra nhân sinh quan của

bạn và theo đuổi nó. Bạn có quyền được sống đam mê. Và đây là điều quyết định: quá khứ không giống tương lai. Bạn có thể, bất cứ lúc nào, tạo dựng cho mình một tương lai tươi đẹp.

## **BẠN ĐÃ THÔI KHÔNG ƯỚC MƠ NỮA ?**

Không chỉ quá khứ mà cả hiện tại đều có thể trở thành một thứ cạm bẫy. Một hôm bác nọ đánh mất chìa khoá nhà. Bác ta bắt đầu đi tìm. Một bà hàng xóm nhìn thấy bác đang loay hoay nên muốn tìm giúp. Trong khi bà thực sự cẩn thận tìm kiếm và dò dẫm dưới từng bụi cây thì bà phát hiện ra rằng bác ấy cứ loanh quanh mãi dưới chiếc đèn đường. ở đây bác ta cứ đi lui đi tới. Lấy làm lạ bà ta bèn bảo bác ấy phải tìm cả những nơi khác nữa chứ, biết đâu bác lại đánh rơi chìa khoá ở một nơi khác chứ không phải dưới chân đèn đường. Bác ấy đáp rằng: *"Tất nhiên tôi có thể đánh rơi chìa khoá ở nơi khác. Nhưng mà ở đây có ánh sáng"*.

Nhiều người phỏng đoán việc thực hiện những ước mơ và niềm đam mê của họ xung quanh công việc mà họ đang hành nghề. Thực tế họ rất có thể tìm thấy niềm đam mê của cuộc đời họ ở một nơi khác. Rất có thể chiếc chìa khoá nằm ở đâu đó trong quá khứ của bạn. Vì vậy bạn hãy lần theo dấu vết những giấc mơ đã

qua mà có lẽ lúc nào đấy bạn đã chôn vùi nó. Và hãy cho rằng mình đủ sức để thay đổi cuộc sống của mình.

Bạn chớ bao giờ coi trọng tốc độ hơn là hướng đi. Bạn sẽ chôn vùi giấc mơ của mình, nếu bạn suy nghĩ quá ít về phương hướng mà bạn rất muốn chọn lựa. Nếu bạn cho rằng ngày mai mình không thể làm một cái gì khác hơn ngày hôm nay và ngày hôm qua.

## **MỘT XUẤT PHÁT MỚI HOÀN HẢO**

Gilbert Kaplan lúc 25 tuổi đã thành lập tạp chí đầu tiên của ông. Trong vòng 15 năm, ông đã đưa nó trở thành một trong những tạp chí hàng đầu có số lượng xuất bản lớn. ông đã làm việc gần 12 giờ trong một ngày. Rồi năm 40 tuổi ông đột nhiên nhượng lại nhà xuất bản. Chuyện gì đã xảy ra vậy?

Một hôm ông đã nghe bản giao hưởng số 2 của Mahler. Và âm hưởng của nó làm ông vô cùng hứng thú. Âm nhạc đã đánh thức một cái gì đó trong ông mà từ lâu đã mai một. Nhưng chưa hết, ông phát hiện rằng giao hưởng số hai của Mahler cần phải thể hiện khác đi. Nó như thiếu một cái gì đó. Những gì ông được nghe chưa phản ánh đúng tình cảm của Mahler gửi vào trong giao hưởng. Ông phát mại nhà

xuất bản của mình và quyết định trở thành nhạc trưởng.

Tất cả chuyên gia đều nhất trí cho rằng đây là một dự định không tưởng. Vì Kaplan chưa bao giờ điều khiển dàn nhạc và không thể chơi bất cứ một loại nhạc cụ nào. Cả bạn bè của ông cũng bảo ông là điên rồ.

Một nhà quản lý 40 tuổi chưa hề biết đọc nốt nhạc, trở thành một nhạc trưởng, thật nực cười! Những lời đàm tiếu này không làm Kaplan nản lòng, ông lao vào mục đích thậm chí còn mạnh mẽ hơn. ông muốn chơi nhạc Mahler như từ trước đến nay chưa ai làm được.

Rồi ông bắt tay vào học tập, ông học tập các nhạc trưởng ưu tú. ông thuê người huấn luyện và làm việc không ngưng nghỉ cho giấc mơ của mình. Chỉ sau 2 năm giấc mơ này đã thành hiện thực.

Năm 1966 Kaplan chỉ huy dàn nhạc chơi nhạc tuyển cổ điển thành công nhất của Mỹ. Cũng trong năm đó ông khai trương liên đoàn âm nhạc Salzburg với tư cách là nhạc trưởng được hâm mộ.

## **LÀM THỂ NÀO ĐỂ BIẾN ƯỚC MƠ THÀNH HIỆN THỰC**

Ước mơ và mục tiêu của chúng ta phải trở

thành một loại nam châm, nó thu hút mọi vật và mọi người, giúp chúng ta tiếp cận tới mục tiêu. Cũng khó mà tin tưởng vào ý tưởng này. Tuy nhiên mỗi người thành đạt đều có thể kể đôi điều về câu chuyện đó.

Tất nhiên hãy còn chưa đủ nếu bạn thi thoảng mới ước mơ một chút. Hơn thế, chúng ta phải định vị những mục tiêu của chúng ta trong hệ thần kinh, bằng cách dùng một tiểu xảo. Ta hãy hình dung như ta đã có được những mục tiêu. Nghĩa là chúng ta luôn gìn giữ nó trong tâm trí và thưởng ngoạn nó bằng con tim. Mỗi lần bằng cách như vậy chúng ta tập trung hướng vào những ước mơ, là mỗi lần chúng ta tạo nên sự gắn kết giữa vị trí ta đang đứng và vị trí ta muốn đi tới. Mỗi lần như vậy càng củng cố thêm quyết tâm của chúng ta thực hiện những nguyện vọng của mình. Sự quyết tâm sẽ biến thành những hành động hiệu quả, tác động lên sự thành công. Qua đây xây dựng cho chúng ta một niềm tự tin để nâng cao đầu bước tiếp cùng với những thuận lợi mới.

### **CÀNG SỐNG VỚI ƯỚC MƠ , TA CÀNG MẠNH MẼ HƠN**

Vincent Peale từng nói: *"Hầu hết mọi người không muốn tin rằng bản thân họ có tất*



*cả những gì cần thiết để thực hiện những gì họ muốn, và vì vậy họ dành hài lòng với những điều thực ra không xứng đáng với họ".*

Tại sao lại có một số người luôn lôi kéo được người khác về phía mình, và một số khác lại bị lôi kéo? Sự khác biệt do ở mức độ theo đuổi ước mơ của chúng ta. Khi hai con người gặp gỡ, chắc rằng người chủ động và kết giao đàm thắm hơn gây được ấn tượng tới người kia và ít nhiều sẽ thuyết phục người kia theo mình. Càng sống với ước mơ của mình, ta càng mạnh mẽ hơn.

Hầu như trên thế gian này một thế lực huyền bí nào đấy luôn phù hộ những người sống có mục đích. Trong cuộc sống không có gì đáng làm hơn là theo đuổi những kỳ vọng, những ước mơ của mình. Mặt khác cũng không có gì đáng thất vọng hơn là phản bội lại ước mơ của bản thân ta và loại trừ nó. Thi thoảng, người thành đạt ngoảnh nhìn lại chốc lát và tự hỏi: "Ta đang sống với ước mơ của ta hay là ta đang sống le lói"? Họ biết rằng họ có thể sáng tạo nên tương lai cho mình như một người thiết kế cuộc đời. Họ tạo dựng cuộc sống xứng đáng với họ.

Người thành đạt biết rằng cả quá khứ và hiện tại đều không giống tương lai. Chúng ta có thể mọi lúc vẽ nên một bức tranh mới, cho dù ban đầu màu sắc vẫn y trang. Dante từng nói: "*Một ngọn lửa dữ dội sinh ra từ một tia lửa nhỏ*

*nhoi*". Bạn hãy sống cuộc sống theo cách riêng của bạn. Như Frank Sinatra đã hát: "And more, much more than this, I did it my way..." (Hãy làm nhiều, nhiều hơn nữa, nhưng trước hết tôi đã làm điều đó bằng cách riêng của mình...).

Ngài Sinatra đã sống như thế và đã chết như thế. Vì vậy tại lễ an táng ông, Tổng thống Hoa Kỳ đã nói: "He did it his way" (Ông đã làm điều đó theo cách riêng của mình). Chúng ta được chọn lựa: hoặc chúng ta sống với những ước mơ của chúng ta, hay chúng ta giúp đỡ người khác thực hiện ước mơ của họ. Trong khi hấp hối một người mẹ đã nói với con trai: "Hãy hứa với mẹ: con sẽ nên người". Abraham Lincoln\* đã hứa như vậy với mẹ ông. Người thành đạt biết rằng: cuộc đời chẳng mấy chốc trở thành vô nghĩa. Hãy cảnh giác!

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ hoạt động hăng hái hơn với tư cách là người thiết kế tương lai của tôi và quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Hôm nay tôi sẽ dành thời gian nhàn rỗi ngồi yên lặng hoặc đi tản bộ. Tôi thư giãn và lắng nghe tiếng nói con tim.

2. Tôi suy nghĩ xem bao nhiêu sự cố đã xảy ra trong vòng bảy năm lại đây của cuộc đời tôi. Tất cả những điều mới mẻ mình đã hay biết, bao nhiêu việc mình đã làm, điều gì mình

gặt hái được, bao nhiêu người mới làm quen? Nhân cách mình đã phát triển như thế nào? Và tất cả những gì mình đã chứng kiến? Tôi phải ý thức được rằng trong bảy năm tới cũng có thể có bấy nhiêu sự cố sẽ xảy ra.

3. Tôi tự hỏi rằng: Nếu mình đã thực sự chọn lựa, mình sẽ là ai? Mình sẽ làm gì? Mình ước mơ những gì? Thần tượng của mình trong bảy năm tới là ai? Mình muốn làm gì? Tôi viết ra những suy nghĩ của tôi. Nó giúp tôi trả lời câu hỏi: Cái gì mình thực sự thích thú phấn đấu và cái gì phù hợp với tài năng của mình?

4. Tôi thừa nhận rằng: mình đã thực sự chọn lựa. Tôi có thể mọi lúc kiến tạo cuộc đời, sao cho trong tương lai phù hợp với mình. Tôi là nhà thiết kế cuộc đời tôi. Tôi có lòng dũng cảm để xây hạnh phúc.

(\* 12-2-1809 -15-4-1865 - Tổng thống Hoa Kỳ thứ 16, nhiệm kỳ 4-3-1861 - 14-4-1865 - BT).

## BÍ QUYẾT 12

### CHÚ Ý TỚI SỨC KHỎE

Bạn hãy hình dung như bạn có một con ngựa đua, nó có giá 1 triệu USD. Bạn sẽ xử lý như thế nào với con ngựa này? Và bạn sẽ cho nó ăn như thế nào? Bạn sẽ cho nó vài quả chanh để ăn và bánh táo cùng kem Socola để tráng miệng? Bạn có mời nó dùng bia thay vì nước và nửa cân kem trứng thay vì lúa mạch?

Liệu bạn có mở nhạc nhẹ cho con vật quý nghe và hàng đêm đưa nó đi các quán nhậu? Bạn có bảo ban nó hút thuốc và lắp một chiếc tivi vào chuồng nó, để cho nó phát rồ lên và ngủ. Tất nhiên bạn sẽ không làm tất cả điều đó. Nhưng vì sao nhiều người lại làm như vậy cho bản thân mình.

\*\*\*\*\*

## SỨC KHOẺ KHÔNG PHẢI CHỈ LÀ KHÔNG BỆNH TẬT

Bạn định nghĩa như thế nào về sức khỏe? Hầu hết mọi người đều không biết nói gì hơn là: "Nếu tôi không ốm, là tôi mạnh khỏe". Nhưng sức khỏe không phải chỉ là không thấy triệu chứng bệnh tật. Sức khỏe bao gồm sức sống, thể lực, chất lượng sống và niềm vui sống. Hoàn toàn có thể và cũng cần thiết nếu bạn thường xuyên cải thiện sức khỏe của mình. Bạn có thể tăng cường các chỉ số sức khỏe và nâng cao sức sống của mình. Bạn có thể hàng ngày tăng thêm thể lực.

Nhiều người chỉ quan tâm tới sức khỏe của mình khi nó không còn nữa. Chỉ khi họ cảm thấy khó ở, ốm yếu, họ mới quyết định lo chạy chữa. Ở đây lại phải tuân theo quy luật: nếu chúng ta không chăm nom tới những điều quan trọng thì một lúc nào đó những điều ấy sẽ trở thành khẩn cấp. Và chúng ta lại phải quan tâm tới nó. Trong lĩnh vực sức khỏe suy cho cùng cũng không có gì ngoài việc đấu tranh chống lại mọi tổn thất thể lực. Có lẽ bạn băn khoăn không hiểu tại sao sách nói về bí quyết thành đạt lại có 1 chương về "sức khỏe". Vì người thành đạt biết rằng sức khỏe của họ có ảnh hưởng quyết định tới hiệu quả công việc của họ. Thật khó lòng nếu muốn chinh phục thế giới

khi chúng ta vì trọng bệnh mà không thể rời khỏi giường.

Sức khỏe của bạn có ảnh hưởng rõ rệt tới cảm giác hàng ngày của bạn, tới tính năng động của bạn, tới niềm hứng khởi, lòng nhân ái và tới phong độ của bạn. Chúng ta cần quan tâm tới sức khỏe và chú ý tới chế độ ăn uống và luôn vận động. Có sức khỏe tốt chúng ta mới vô tư tận hưởng niềm vui thắng lợi.

## **TRÁNH MỌI SỰ CỰC ĐOAN**

Người ta đã nói và viết khá nhiều về tất cả những cái mà con người nên làm và nên bỏ, để có được một sức khỏe hoàn hảo. Ở đây điều quan trọng cần nhận thức là cơ thể mỗi người phản ứng khác nhau. Cái có lợi cho người này có khi lại có hại cho người khác. Một mặt chúng ta phải biết tự theo dõi mình, mặt khác chúng ta cần biết mọi sự cực đoan đều có hại. Chúng ta cần một cách sống cân bằng, hợp lý.

Ví dụ bạn đừng ăn nhiều một thứ mà nên ăn ít nhưng nhiều thứ. Bạn đừng gò mình kéo dài vào một chế độ ăn kiêng nhất định nào đó. Thường là sau nhiều năm ta mới phát hiện ra mặt trái của một chế độ dinh dưỡng nhất định nào đó. Vì vậy cũng không thể bằng mọi giá tránh những thứ "có hại". Bạn hãy chú ý nhiều

hơn để cơ thể mình nhận được đầy đủ những thức ăn tốt, có giá trị dinh dưỡng. Cơ thể cho chúng ta những tín hiệu "rõ rệt" cái gì nó cần thiết.

Vì vậy đôi khi chúng ta bị dày vò vì sự thèm khát một thứ gì đấy. Chúng ta có thể nhượng bộ một sự thèm khát nhất thời như thế mà chẳng phải lo lắng, băn khoăn gì.

Mỗi người đều trải qua những giai đoạn và chu kỳ phát triển khác nhau. Vì thế mà không có chế độ dinh dưỡng "tốt" hoặc "tồi". Hãy lắng nghe cơ thể chúng ta, nó biết cái chúng ta cần.

## **MỘT SỐ NGUYÊN TẮC THƯỜNG BỊ BỎ QUÊN**

Cuộc sống là vui vẻ. Chúng ta không muốn ngăn cấm hoặc hạn chế. Nhưng thật có lợi hơn nếu chúng ta sắp xếp nó vào những tiêu chí có tính nguyên tắc. Nó sẽ làm cuộc sống thêm vui vẻ và dễ chịu.

**\* Bạn hãy ăn chậm hơn, ít hơn và yên tĩnh hơn**

Tất cả chúng ta đều ăn quá nhiều. Bạn hãy ăn ít đi. Điều này càng cần cho cả những người gầy trong chúng ta. Các nhà khoa học đã nhiều lần xác nhận rằng chúng ta chỉ cần một

phần ba lượng thức ăn hàng ngày. Hai phần ba còn lại chiếm dụng năng lượng của chúng ta, vì chúng ta lãng phí năng lượng để tiêu hoá chúng. Do vậy bạn hãy ăn ít hơn, nhưng phải chậm hơn, bạn hãy nhai kỹ và thưởng thức bữa ăn của bạn. Bạn hãy luôn ngồi xuống lúc ăn, cố gắng không đọc trong khi ăn, không lái xe lúc ăn. Nếu bạn vào bữa hãy tập trung vào bữa ăn và lấy đó làm niềm vui.

### **\* Ăn thức ăn tươi**

Bạn hãy chú ý sao cho càng nhiều (hoặc ít nhất 30%) thực phẩm của bạn được cấu thành từ thực phẩm tươi sống và có giá trị dinh dưỡng. Bạn hãy ăn nhiều rau quả. Bạn hãy thử nghiệm và tìm xem cái gì cơ thể bạn hấp thụ tốt nhất. Ví dụ như nước quả tươi. Thực phẩm chế biến công nghiệp đối với cơ thể chúng ta như thể vật độc. Ai không muốn loại trừ nó thì phải cân bằng với thực phẩm tươi sống. Bạn hãy hạn chế dùng đường, cà phê, mỡ và rượu. Chẳng hay ho gì hàng ngày tiếp nhận những chất độc hại ở liều lượng "kha khá". Nhưng các bạn cũng chớ cực đoan. Một vài nhà "truyền bá sức khoẻ khoẻ hạnh" trông hết sức bệnh hoạn. Họ cũng chẳng gây được mấy may mắn nào về hạnh phúc.

### **\* Hãy uống nhiều**

Bạn hãy uống nhiều hơn. Nhưng không



phải là rượu. Một cốc bia có nhiều calo như hai chiếc bánh mì con. Uống nhiều ở đây là uống nước. Chúng ta cần 2 đến 3 lít nước trong một ngày. Cà phê, cola, thức uống chứa cồn và sữa không được xem là nước, vì nó lấy nước của cơ thể nhiều hơn là cấp nước. Ví dụ sau khi uống một tách cà phê ta cần uống thêm 2 ly nước.

Tốt nhất là không uống nhiều nước trong bữa ăn, vì nó cản trở tiêu hoá. Bạn hãy uống nước giữa các bữa ăn. Nhiều người quên cấp đủ nước cho cơ thể. Đối với họ có lẽ tốt hơn là một "thời gian biểu". Như vậy bạn có thể tập cho mình một thói quen, uống nước đều đặn, khi ngủ dậy, khi bạn đi tập thể thao và khi tập xong, trước khi bạn đi ngủ...

### **\* Hãy thường xuyên vận động**

Bạn hãy vận động nhiều hơn. Cơ thể chúng ta là một bộ máy động chứ không phải là bộ máy tĩnh. Nó được lắp ráp nhằm ít nhất chạy được 50 đến 60 cây số mỗi ngày. Tất nhiên bạn không phải vận động hàng ngày. Nếu chúng ta chơi thể thao ít nhất 40 phút hàng ngày thì cơ thể chúng ta đã có thể hoạt động hoàn hảo. Thể dục nhịp điệu là loại hình có tác dụng rõ rệt tới toàn bộ cơ thể: sức sống nói chung, sự tỉnh táo, các hoạt động của cơ quan nội tạng được gia tăng, sự tiêu hoá và sự trao đổi chất được đẩy mạnh, hệ thống miễn dịch

được tăng cường, thể trạng và sức sống được cải thiện.

Nhiều người cho rằng không có thời gian cho thể thao. Tất nhiên người ta không thể dừng đồng hồ lại để có thêm thời gian. Nhưng nếu bạn chơi thể thao đều đặn, bạn có thể nâng cao khả năng tập trung làm việc và ít ốm đau hơn. Bạn có được thời gian thay vì ÔmấtỒ thời gian. Và bạn được cả chất lượng cuộc sống.

### **\* Cho phép mình nghỉ ngơi**

Chúng ta cần có đủ những chu kỳ nghỉ ngơi. Bạn hãy thực hiện đều hơn những giây lát thư giãn. Cứ mỗi khi bạn cảm thấy ngày làm việc quá căng thẳng, hãy thả mình vào suy tư hay thiếp đi mười phút. Bạn hãy đi dạo vài ba phút. Nghe nhạc êm dịu. Nhắm mắt và không suy nghĩ bất cứ điều gì. Nếu thấy không khá hơn, thì bạn hãy nghĩ tới một khung cảnh thư giãn như một bãi biển hoặc một cánh rừng. Có khá nhiều người đã khẳng định, không thể làm được điều ấy cho mình.

Trong thực tế chúng ta lại không thể không làm điều ấy cho chúng ta. Những ai đều đặn nghỉ ngơi người ấy làm việc năng suất hơn nhiều. Vậy thì thi thoảng bạn hãy làm gián đoạn ngày làm việc. Bạn hãy giành cho mình một ngày rỗi trong tuần và tổ chức nghỉ ngơi, thư giãn.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ chú ý tới sức khỏe tôi bằng cách quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Hôm nay tôi sẽ ăn uống cẩn thận. Nghĩa là tôi ăn ít hơn, ăn chậm hơn, chú ý tới thức ăn gì và nhai kỹ hơn. Hôm nay tôi sẽ ăn nhiều trái cây và Salat. Nếu tôi thấy thèm bánh ngọt, thì hôm nay tôi lại mua hạt dẻ và hoa quả.

2. Hôm nay tôi uống vài ly nước. Đặc biệt trước khi ăn hạn chế uống, để hạn chế một số đồ uống độc hại vào cơ thể.

3. Tôi vận động ít nhất 35 phút. Khi chạy bộ tôi không quá gắng sức. Lúc nào tôi cảm thấy quá mệt tôi lại đi bộ một quãng. Như vậy tôi có hứng thú để chạy.

4. Hôm nay tôi sẽ ngừng công việc của tôi chậm nhất là sau 90 phút một lần và thực hiện giải lao ngắn. Tôi đi ra ngoài hít thở không khí trong lành khoảng 5 phút hoặc làm một vài động tác khởi động. Bằng cách này tôi sẽ có thêm sức và có thể tập trung làm việc tốt hơn.

5. Tôi thỏa thuận hôm nay để cho một bác sĩ kiểm tra kỹ càng sức khỏe của mình.

## **BÍ QUYẾT 13**

### **CHỜ NẢM LÒNG TRƯỚC MỌI KHƯỚC TỬ**

Jafet là một trong nhiều thính giả đang theo dõi một thuyết khách nổi tiếng. Anh rất phấn chấn và dự định sẽ thay đổi đôi điều trong cuộc sống của mình.

Thế rồi Jafet phát hiện ra điều thú vị: không phải tất cả thính giả đều đánh giá bài nói chuyện như nhau. Một nhóm thì chê cười bài nói và phê phán diễn giả. Một nhóm khác cho rằng nó vô thưởng vô phạt. Nhưng phần đông đã tiếp nhận những thông điệp của diễn giả như Jafet. Họ cũng phấn chấn và nung nấu một ý tưởng vận dụng nội dung bài diễn thuyết vào cuộc sống của họ.

Jafet đi tới diễn giả để trực tiếp hỏi xem tại sao cùng một bài diễn thuyết các thính giả lại phản ứng khác nhau. Thuyết khách nọ trả lời: "Ba nhóm người này thì thuyết khách nào cũng phải đối mặt". Tỷ lệ phần trăm có xê dịch, nhưng trong mọi đám đông khán giả bao giờ cũng có những người chế nhạo và phê phán,

một số khác biểu lộ thái độ trung lập, còn những người khác thì phẫn khởi, hoan nghênh.

Ban đầu tôi cũng muốn làm sao cho tất cả đều hồ hởi. Nhưng điều đó không thể được, bởi vì có một số người hoài nghi cuộc sống, họ tỏ thái độ cay cú và tiêu cực. Để bắt đầu một cái gì mới đòi hỏi lòng dũng cảm. Và điều đó không phải ai cũng có.

Tôi đã tìm cách "tương kế tựu kế", dành hài lòng với ba nhóm người. Và tôi chỉ còn tập trung vào nhóm người tiếp nhận những thông điệp của tôi một cách tích cực. Từ đấy tôi cảm thấy hoàn toàn thoải mái.

\*\*\*\*\*

## **BA NHÓM NGƯỜI**

Mỗi người thành đạt đều biết cách ứng xử với những sự khước từ. Họ biết rằng mọi nơi, mọi lúc đều có 3 nhóm người.

\* Một nhóm sẽ chối từ bạn.

\* Nhóm thứ hai không thể đi đến quyết định, lưỡng lự và cuối cùng không làm gì cả.

\* Và nhóm thứ ba chấp nhận bạn cùng những đề án hoặc ý tưởng của bạn. Bất luận làm việc gì bạn sẽ luôn gặp phải ba nhóm người

này. Đây là một sự thật hiển nhiên và nó chi phối mọi sản phẩm của bạn, dịch vụ của bạn, doanh nghiệp của bạn hoặc ngay cả bản thân bạn. Đơn giản vì nó là bản chất con người.

## **BA GIAI ĐOẠN**

Mỗi ý tưởng và mỗi đề án đều trải qua 3 giai đoạn. Ban đầu chưa thể đánh giá được chất lượng của một dự án nào đấy. Ba giai đoạn đó là:

### **- Giai đoạn 1: Chế nhạo**

Người ta xem xét vấn đề chưa nghiêm túc và đôi người còn châm biếm, cười chê.

### **- Giai đoạn 2: Phê phán**

Sự chế nhạo lúc này đã thấy lạc lõng, vì những thành quả đang định hình. Vì vậy bây giờ là lúc bình phẩm. Giai đoạn 2 hoàn toàn có thể coi như một bước tiến.

### **- Giai đoạn 3 : Công nhận**

Ai giỏi chịu đựng và trung thành với đường lối của mình sẽ không còn bị phê phán. Thay vì phê phán là sự công nhận. Tuy lúc nào cũng còn những người "lắm chuyện", thích chê bôi này nọ. Nhưng đơn giản trong "vụ" này đã hết. May mắn làm sao trong từng giai đoạn đều

có 3 nhóm người như trên. không phải ai cũng chế nhạo, ai cũng phê phán. Tất nhiên cũng có những người có những biểu hiện mà bạn có thể coi đấy là sự ủng hộ bạn. Nhưng chắc chắn trong mỗi giai đoạn có những người khác trân trọng công việc của bạn.

## **ĐỐI MẶT VỚI PHÊ PHÁN ĐỂ TRỞNG THÀNH**

Ngoài 3 nhóm người và 3 trường hợp hầu như không có ngoại lệ nào khác. Vấn đề là ở chỗ, chúng ta đối phó thế nào với chúng. Thông thường ta có thể thấy hai thái cực:

- Một bên là những người nhắm mắt chấp nhận tất cả những phê phán, chỉ trích. Họ xem như đấy là cơ hội để tự đánh giá mình và để rút bài học.

- Một bên là những người quá chú trọng nếu không muốn nói là thất vọng trước mỗi lời chỉ trích, trước mỗi lời khước từ. Họ tự hoài nghi công việc của mình. Thường họ tìm cách làm đúng mọi việc. Tạm thời quên mọi ý tưởng và dự định của mình.

Nghệ thuật ở đây là biết tìm ra một lối thoát dung hoà. Một mặt chúng ta không được mù quáng trước những phê bình, chỉ trích đúng, và dám nhìn thẳng vào vấn đề để khắc phục. Mặt khác chúng ta cũng không được phép quên

rằng luôn luôn còn có những đòn đánh hôi, đánh lén và việc phê phán là không thể tránh khỏi.

Do vậy chúng ta phải lớn lên trước mọi phê phán, chỉ trích, chúng ta không thể đầu hàng. Một ranh giới rạch ròi giữa hai thái cực không tồn tại. Chúng ta cần suy xét liệu ý kiến phê phán này là xây dựng và công bằng hoặc ý kiến kia là áp đặt hoặc không thiện chí. Mỗi khi chúng ta không lý giải được điều này thì tốt nhất là “lờ đi” trước những chỉ trích đó. Bạn sẽ chắc chắn thành công hơn nếu bạn cứng rắn hơn một ít.

Người thành đạt có khả năng loại trừ những lời phản bác không xây dựng. Họ biết rằng vấn đề nằm ở phía người phê phán. Họ cũng biết rằng luôn luôn tồn tại một tỷ lệ phần trăm nhất định chỉ biết châm biếm, cười chê và từ chối. Không có gì trên trái đất này có thể làm hài lòng tất cả mọi người.

## **HÃY QUYẾT ĐỊNH NHỮNG GÌ ẢNH HƯỞNG TỚI CHÚNG TA**

Chúng ta không đủ quyền lực để biến đổi con người. Và cũng thực là tốt: mỗi người nên có một ước muốn độc lập. Nhưng chúng ta có quyền lực để quyết định, liệu chúng ta có vì vậy mà



phải rời bỏ con đường của chúng ta. Bao giờ cũng có những người không muốn những gì chúng ta mời chào. Điều đó không có gì xấu xa. Nhưng chúng ta không được phép suy nghĩ như họ. Cũng có khi nhiều người cùng chối bỏ một vấn đề. Họ thường giải thích vòng vo nguyên nhân khiến họ khước từ.

Một số lý lẽ rất có thể sẽ ảnh hưởng xấu như những hạt cát trong giày của bạn. Ban đầu một vài hạt cát không có gì trở ngại lắm. Nhưng sau khi đi một vài kilômét những hạt cát nhỏ cọ xát làm hai bàn chân nhức nhối đến mức người ta đành phải dừng chuyến đi. Những người thành đạt có khả năng loại trừ những ý kiến phê phán bất công như đổ những hạt cát trong giày ra và tiếp tục hành trình.

## **CHÚNG TA BẰNG LÒNG VỚI BA NHÓM NGƯỜI**

Nhưng tại sao lại có 3 nhóm người đã nói trên? Tại sao lại có những người luôn phê phán tất cả? Nó liên quan tới một huyền thoại mà câu chuyện giữa chú ếch và con bọ cạp sẽ minh họa.

Một con bọ cạp đi đến một dòng sông. Vì nó không thể bơi được, nó bèn hỏi chú ếch, liệu chú có thể đưa ta sang bờ bên kia được không. Chú ếch từ chối rằng: "Tôi chẳng ngu dốt gì để khi ở giữa sông anh chằm cho tôi một nhát để tôi chết à"?

- "Thầy ếch ơi, hãy dùng cái đầu mà suy nghĩ" - bọ cạp đáp - "Nếu tôi đâm anh và anh chìm xuống, thì tôi cũng chết".

Thầy ếch thấy rõ vấn đề và cho phép bọ cạp trèo lên mình. Khi cả hai đang ở giữa dòng, bọ cạp đã đâm chú ếch vào lưng bằng chiếc vòi độc của mình. Đang hấp hối chú ếch hỏi rằng: "Tại sao anh lại làm như vậy? Bây giờ thì cả hai ta sẽ chết". Bọ cạp đáp rằng: "Vì tôi là một con bọ cạp, làm theo bản năng sinh tồn".

Có những người tìm cách xúc phạm bạn. Vài người làm điều đó chỉ vì ghen tỵ. Số người khác chỉ vì không hài lòng bản thân. Tất nhiên họ không nói rằng "Tôi ghen ăn tức ở với ông kia, nên mới cãi vã với ông ấy tùm lum". Những người ghen tị lựa lời ra vẻ nghiêm túc để bày tỏ ý kiến phản bác của mình. Một số khác luôn tỏ ra bi quan trong cuộc đời. Điều đó không được làm phiền nhiều chúng ta. Đúng vậy, nhiệm vụ của kẻ bất mãn là nhìn mọi việc dưới lăng kính bi quan. Có lẽ bạn đã có lúc tự hỏi tại sao con người ấy lúc nào cũng nói dối. Câu trả lời là: vì hắn ta là một kẻ lừa dối. Tên trộm thì tăm tia và kẻ lừa dối luôn đối trá. Kẻ bi quan luôn thọc gậy bánh xe và tên châm biếm suốt ngày chê bai.

Nói chung chỉ còn có một phương pháp để loại trừ phê phán là ba không: không nghe, không thấy, không biết. Sự trung dung là có lợi.

Chúng ta không nên chạy theo những kẻ ghen tị, những kẻ luôn tìm cách giảm thiểu sự bất hạnh của mình bằng cách làm cho người khác cùng bất hạnh.

## **CHÚNG TA PHẢI KHẲNG ĐỊNH, LIỆU SỰ PHÊ PHÁN CÓ XÚC PHẠM CHÚNG TA**

Chuyện đời là như vậy đấy, người thành đạt không được bị động. Anh ta phải biết rằng phê phán và chế nhạo tự nó không xúc phạm, mà do ở cách thức chúng ta xử sự với nó. Hầu hết chúng ta chỉ cảm thấy bị xúc phạm khi vị thế của chúng ta mất an toàn.

Sự phê phán và khước từ đánh vào tất cả mọi người. Nhưng cách đối phó với nó ở mỗi người lại khác nhau. Điều đó lại có quan hệ tới sự cảm nhận của chúng ta. Cảm nhận về "sự nghiệp", về doanh nghiệp của chúng ta, về những con người là cộng sự của chúng ta.

## **CẢM NHẬN VỀ VẬN HỘI VÀ TIỀM LỰC THỊ TRƯỜNG**

Trước hết, chúng ta cần có sự cảm nhận để chứng minh cho sự khác biệt, đó là cảm

nhận về chính bản thân chúng ta. Những phê phán bất công không thể xúc phạm chúng ta. Chúng ta chỉ có thể tự làm thương tổn mình. Không phải cái ta nói và làm tạo nên sự khác biệt, mà là cách chúng ta nói và làm điều đó. Cảm nhận của bạn là thước đo. Tất cả mọi người đều có lòng sẵn sàng làm một việc gì đấy. Sự sẵn sàng của một số ít người thường không đủ. Khi tình cảm đối với công việc của mình hơi hợt, người ta dễ bị phê phán và bị những thất bại làm nản lòng.

Những người thành đạt có những đòi hỏi đặc biệt riêng. Lòng đam mê sự nghiệp của họ mãnh liệt hơn. Họ khao khát hơn, hiếu học hơn, nhiệt tình hơn. Họ sẵn sàng làm bất cứ việc gì khi cần thiết để đạt được mục tiêu của mình. Những ai tạo lập được một tình cảm như vậy cho nhiệm vụ của mình, luôn chắc tay trong công việc, khó ai có thể làm họ bối rối, hoang mang.

Một tình cảm như vậy hoàn toàn có thể xây dựng được. Và vì vậy, những người thành đạt không coi trọng nữa những lời ong tiếng ve. Vì mục tiêu đối với họ quan trọng hơn những ý kiến của người khác.

## **CẦN BIẾT QUYẾT ĐỊNH TẬP TRUNG SỨC VÀO ĐÀU**

Chúng ta nhận thức mọi vấn đề đều có chọn lọc. Con đường dẫn đến cuộc sống thành đạt và hạnh phúc hơn là: bạn hãy tập trung nhiều hơn tới nhóm người chấp nhận bạn và ý tưởng của bạn. Bạn hãy rèn luyện cho mình có một bộ nhớ tốt. Hãy ghi chép lại những thành quả của mình và luôn nhớ đến nó. Bạn sẽ chiêm nghiệm rằng, một người càng thành đạt khi càng ít nhớ tới những thất bại của mình.

Câu chuyện của những người ít thành đạt thường xoay quanh những tai họa, những thất bại họ phải trải qua, xoay quanh những tình huống sai lầm mà họ gặp phải. Những người thành đạt trái lại nói về những gì trong thời gian gần đây họ đặc biệt đạt được.

Một bên kéo dài những ý nghĩ tiêu cực và những thất bát, trong khi những người thành đạt kéo dài những ý nghĩ tích cực và những thành công. Một bên tỏ ra sợ hãi trước mọi phê phán, chỉ trích, trong khi những người khác loại trừ những phê phán nọ như đổ cát ra khỏi giày. Vấn đề không phải là ai đúng ai sai, mà là "Ai cảm thấy dễ chịu hơn"? Câu trả lời sẽ có khi bạn theo dõi hai loại người một thời gian dài hơn.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ rèn luyện cách xử sự đúng với những khước từ, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau đây:

1. Hôm nay tôi sẽ xem xét, ghi chép lại mỗi thành công. Tôi tự hỏi không chỉ có mình đã đạt được cái gì mà còn tự hỏi tại sao mình lại đạt được điều đó.

2. Mọi sự chối bỏ, những "điều ong tiếng ve" tôi phải đi như những hạt bụi. Tôi phải hiểu rằng luôn có một nhóm người cự tuyệt những gì tôi làm. Và tôi chấp nhận nó.

3. Tôi biết mình không thể biến đổi nhân gian. Tôi tập trung sức vào những việc gì mình có thể kiểm soát được. Tôi nâng cao chất lượng của mình và làm việc với quan điểm của mình.

4. Hôm nay tôi trò chuyện có mục đích với những người đang nói về những điều tích cực và về những thành quả. Chừng nào có ai đó muốn nói về những kinh nghiệm tiêu cực, thì tôi sẽ bỏ đi. Hôm nay tôi cũng chỉ nói tới chuyện tích cực. Tôi biết rằng: "Nói về tiêu cực khác nào bón phân cho cỏ dại".

## BÍ QUYẾT 14

### THAO TÁC 110 PHẦN TRĂM

Một phóng viên phỏng vấn nhà vô địch thế giới môn cử tạ người Bungari: "Khi ông tập luyện và nâng tạ 10 lần thì lần nào trong số đó là quan trọng nhất?". Nhà vô địch thế giới đáp rằng: "Lần thứ 11".

\*\*\*\*\*

Để thao tác 110 phần trăm, trước tiên bạn phải hiểu rằng: cái tối ưu của bạn chưa phải là cái tối đa. Nếu bây giờ bạn gấp sách này lại trong chốc lát và tập vài động tác nằm sấp chống tay lên xuống, bạn sẽ làm được bao nhiêu lần? Nếu bạn làm hết sức thì bạn đã thao diễn cái tối ưu của bạn. Nếu bạn nhiều năm không tập kiểu này thì kết quả "tối ưu" của bạn hình như chưa phải là kết quả "tối đa". Nhưng nếu bây giờ ngày nào bạn cũng tập 5 phút thôi thì sau 3 tháng bạn sẽ làm được bao nhiêu lần?

Nếu trước đây bạn không tập luyện thì

dứt khoát bạn sẽ cải thiện rõ rệt thành tích. Thực ra hầu hết chúng ta đều có đủ khả năng để làm nhiều hơn điều dự đoán. Điều đó đúng cả với mọi lĩnh vực đời sống. Tất cả chúng ta trong các lĩnh vực khác nhau đều có những "cơ bắp vì thành đạt" tối thiểu.

## **10 PHẦN TRĂM GIA TĂNG THÌ KẾT QUẢ ĐƯỢC NHÂN LÊN**

Bây giờ bạn hãy hình dung, trong vòng 3 tháng mỗi ngày 3 bận, mỗi bận 5 phút bạn sẽ luyện tập nằm sấp chống tay lên xuống. Mỗi lần bạn sẽ tập hết sức (100%). Và khi bạn hoàn toàn không thể tập được nữa, thì bạn hãy cố thêm một lần nữa (110%). Không phải lần nào bạn cũng làm được 110% này. thỉnh thoảng chỉ làm ở tư thế nửa vơi. Nhưng mọi vận động viên đều biết: trong lần ôn tập "làm thêm" của bài ôn tập, lần tập mà thực ra không thể diễn ra được nữa, lại chứa đựng sự vượt trội lớn nhất.

Nếu bạn tập theo cách này 3 tháng, bạn sẽ có khả năng làm bao nhiêu lần lên xuống? Lúc nào cũng có những người sẵn sàng thao tác 110%. Đây là những người thuộc đẳng cấp ưu tú trên lĩnh vực của họ. Và họ nhận được những phần thưởng. Sự cố gắng thêm 10% đã làm nên sự khác biệt giữa thành tích cao và trung bình,



giữa sự giàu có và sự tồn tại tối thiểu.

Từ 10% gia tăng, sự dãi ngộ vượt xa mức mà người ta có thể dự đoán. Qua sự cố gắng thêm 10% bạn sẽ nhanh chóng vượt quá 100% kết quả. Thường thì kết quả sẽ là vượt 1000% thậm chí 10.000% và hơn nữa.

Để thực sự thử sức mình bạn hãy sẵn sàng thao diễn 110%. Bạn hãy phấn đấu để có thói quen: "Mỗi bận cố gắng làm thêm một lần". Bạn hãy cố gắng nhiều hơn bất kỳ ai có thể hy vọng.

Nhà tỷ phú John Templeton, một trong những nhà tài phiệt lỗi lạc của mọi thời đại, rất ít khi tiếp giới phóng viên. ông muốn sử dụng thời gian vào những việc khác. ông cũng từ chối hầu hết các cuộc hẹn chụp hình.

Cuối cùng một tạp chí nổi tiếng được ông đặc cách cho phép chụp hình 30 phút. Nhà nhiếp ảnh đã chụp hình ông suốt 7 giờ liền. Khi ông John được chất vấn: "Tại sao ông lại để cho tay phóng viên chụp hình lâu như vậy"? ông bèn đáp: *"Đúng vậy, tôi không muốn phí phạm thời gian với những bức ảnh. Nhưng tay phó nháy này đã thao diễn 110%, anh ta quá đam mê với công việc, thực sự say nghề đến nỗi tôi không muốn quấy rối mối tình lãng mạn của anh ta"*.

## TẠI SAO KHÔNG PHẢI TẤT CẢ ĐỀU THAO TÁC 110%

Tại sao một số người chỉ thao diễn tối đa 50 đến 80% khả năng của họ và những người khác đến 110%? Lời đáp thật quá giản đơn: vì chúng ta chỉ làm những gì mà ta hứng thú. Trong thực tế có những người lấy làm hứng thú khi được làm việc 110%. Chẳng có ai sinh ra đã có thiên hướng như vậy.

Chúng ta đều có khuynh hướng đi vào những con đường ít chông gai nhất. Khi chúng ta chỉ cần thao diễn 50%, thì tại sao chúng ta lại phải cố đến 110%? Vì chúng ta chỉ biết coi trọng chúng ta thôi. Vì chúng ta chỉ sống vừa với sức của mình. Vì chúng ta chỉ biết tận hưởng cuộc sống vốn có. Chỉ khi chúng ta thao tác 110%, chúng ta mới thực sự hoàn thiện chúng ta. Những người hiểu được điều đó, họ vui vẻ, phấn chấn khi được thao diễn 110%. Khi họ gặp khó khăn, khẩu hiệu của họ là: "Nếu tôi không thể thì tôi phải". Đối với những người như vậy họ lấy làm đau khổ khôn lường khi họ không đạt được mục đích của họ. Họ tự khinh rẻ mình khi họ không thực hiện được kế hoạch của họ. Họ sẵn sàng chấp nhận khó khăn, gian khổ, thậm chí nó còn làm cho họ phấn chấn.

Arnold Schwarzenegger nói rằng: "*Nỗi đau là tốt. Sự vượt khó sẽ phân biệt nhà vô địch*

*với những người bình thường khác. Tôi muốn những nỗi đau làm tôi trở thành nhà vô địch".*

## **NHỮNG BẤT LỢI CỦA CHIẾN LƯỢC 100%**

Một số người nói rằng: "Tôi không thể làm quá 100%". Chúng ta hãy chất vấn những người này: căn cứ vào đâu để biết 100% là cái gì? Các nhà nghiên cứu đã nhiều lần nhận xét rằng tiềm lực của chúng ta lớn hơn nhiều so với dự đoán của ta. Cái ta thường xem là 100%, trong thực tế có lẽ chỉ có 70% hoặc ít hơn. Chúng ta có nhiều khả năng hơn chúng ta tưởng. Nếu ta chỉ muốn đưa ra 100%, thì chúng ta đã giới hạn quá thấp khả năng lao động của chúng ta. Những người sống theo chiến lược 100% thường tìm ra một lý lẽ tuyệt vời cho sự nhàn tản của họ: chúng tôi không thể phí công, nhọc sức hơn. Những người như vậy không có hoài bão không lớn lên được, vì họ luôn thừa nhận một mức độ lao động quá thấp làm giới hạn trên.

Ai sống theo chiến lược 100%, thường xem 80% đã là một kết quả hoàn toàn tốt. Ngoài ra họ cho rằng họ đang ở trong phạm vi an toàn. Một con người như vậy sống không hết mình, vì anh ta hầu hết chỉ mang ra 80% sức lực của mình.

Những người thành đạt ngược lại không bằng lòng với những gì họ đang sở hữu. Những người "110%" không chấp nhận giới hạn khả năng lao động của mình. Tự họ đặt ra những mức phấn đấu cao hơn. Họ tin vào tiềm lực của họ.

Họ không thử sức với cái họ có mà với cái họ muốn. Họ biết rằng 100% chưa phải là kết quả tốt, vì họ mới chỉ hoạt động trong giới hạn tự đặt ra, mà giới hạn ấy không đem lại sự tăng trưởng. 110% thao tác có nghĩa là phải phấn đấu để trở thành cái tốt nhất mà bạn có thể.

## **NẾU TĂNG GA CHO TÔI, THÌ TÔI CÓ THỂ...**

Một câu ngạn ngữ cũ nhất và ngu ngốc nhất là: "Nếu tăng ga cho tôi, thì tôi có thể..." Ai nghĩ như vậy đều tự lừa dối mình để được yên thân. Thực tế một con người như vậy không có khả năng làm việc 110%. Vì chiến lược 110% là một lối sống theo thói quen, chứ không phải theo sự kiện đột xuất. Đấy còn là phạm trù triết học. Đấy là hình thái đầu tiên của một sinh vật, mà không phải là một hành động lý thuyết đột xuất. Nếu bạn gặp một người 110%, bạn sẽ lập tức nhận ra anh ta. Tất cả những công trình, những doanh nghiệp lớn trên thế giới đều do những con người như vậy sáng lập ra. Ai không

sống với 110%, người ấy sẽ bỏ phí nhiều sự kiện. Anh ta sẽ chẳng bao giờ biết đến hào quang của sự thắng lợi. Thành đạt trong nghề nghiệp là một trong năm lĩnh vực quan trọng của đời sống chúng ta. Cũng như các lĩnh vực khác: sức khoẻ, mối quan hệ, tài chính và sự nhạy cảm, thành công không có gì có thể thay thế.

Ánh hào quang về mọi sự tôn vinh của thế giới chúng ta giành cho kẻ chiến thắng đều là kết quả từ 10% gia tăng này. Nhưng quy tắc 110% cũng có hiệu lực trên nhiều lĩnh vực khác. Tập quán cống hiến 110% đã làm nên những kiệt tác từ cuộc sống của chúng ta.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ hoàn thiện thêm khả năng của tôi, thao diễn 110% bằng cách quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Hôm nay tôi sẽ tập thao tác 110% ít nhất một công việc.

2. Hôm nay tôi sẽ không chấp nhận sự giới hạn. 100% là một sự hình dung ban đầu về khả năng lao động của mình, nó không phù hợp với thực chất. Tôi muốn làm điều tốt nhất mà tôi có thể. Nếu tôi không thể thì tôi phải làm.

3. Vì hình ảnh về tôi do tôi hình dung ra, không phù hợp với sự thật. Tôi có thể thay thế nó bằng chân dung tôi mong muốn. Một chân

dung không chấp nhận giới hạn. Tôi sẽ mô tả bằng bút mực tôi muốn mình trở thành như thế nào, rồi tôi hình dung, mình đã là con người như vậy. Tôi sẽ cư xử như vậy.

4. Ai sống theo quy tắc 110% phải giải lao nhiều lần hơn. Vì vậy tôi làm việc hôm nay thật tập trung cường độ và xây dựng chương trình thư giãn và giải lao.

## BÍ QUYẾT 15

### LỚN LÊN CÙNG NHỮNG YÁN ĐỀ

Một cô gái đi chơi cùng bạn trai của mình, một thủy thủ, dọc bến cảng. Cô gái có chuyện gì đấy và đang rất buồn phiền. Chàng thủy thủ hỏi cô: "Nếu anh từ trên kè đá này ngã xuống nước thì anh có chết đuối không"? Cô gái nhìn xuống những đợt sóng lạnh lẽo đang tan vụn dưới thành kè và đáp rằng: "Tất nhiên anh sẽ chết đuối". Chàng thủy thủ đỡ lời: "Anh còn chưa thấy một ai chết đuối chỉ vì bị ngã xuống nước. Anh sẽ chỉ chết đuối nếu anh chìm trong nước".

Cô bé không tin: "Nhưng ít nhất anh cũng bị cảm lạnh nặng và phải vào bệnh viện". Chàng thủy thủ nhắc lại: "Chỉ khi anh ngâm mình trong nước quá lâu. Là thủy thủ anh vẫn thường rơi xuống nước. Lúc đầu anh rất sợ hãi. Nhưng rồi anh hiểu ra rằng nói chung chẳng có chuyện gì lắm xảy ra nếu anh nhanh chóng nhào ra khỏi nước. Nó cũng tương tự như với những chuyện của em. Thay vì buồn khổ vì nó,

tốt hơn là em nên suy nghĩ giải toả nó như thế nào".

\*\*\*\*\*

Đối với hầu hết mọi lĩnh vực đều có thể vận dụng câu sau: vấn đề thực ra không đến mức là một tình huống xấu, mà là do cách nhìn nhận vấn đề. Sự nguy hiểm lớn nhất thường là nổi thất vọng phát sinh từ những vấn đề. Một vấn đề sẽ bớt nặng nề đối với chúng ta khi tâm tư, tình cảm chúng ta không bị chìm đắm vào đó.

Chúng ta phải phân biệt cái gì xảy ra ngoài đời và chúng ta phản ứng với điều xảy ra trong ta như thế nào. Chúng ta không bao giờ có thể tác động lên tất cả sự cố. Chúng ta sẽ còn nhiều lần "ngã xuống nước". Chúng ta không thể loại trừ những nổi thất vọng, nhưng chúng ta có thể học cách rút ngắn thời gian thất vọng. Nếu chẳng may một thất bại hoặc một sai lầm cá nhân nào đó làm chúng ta suy sụp và thất vọng mất 3 tuần thì chúng ta phải biết cách rút ngắn thời gian đó xuống 3 ngày, rồi 3 giờ và cuối cùng xuống còn 3 phút. Những người thành đạt phải tạo cho mình khả năng đó. Điều đó đúng với mọi vấn đề, mọi biến cố, với ngoại lệ của một vài đòn định mệnh như một căn bệnh hiểm nghèo.



Tất cả mọi người đều có những rủi ro. Nhưng trong khi nhiều người chìm đắm dai dẳng vào những rủi ro ấy, thì kẻ thành đạt chỉ thất vọng một thời gian ngắn. Rồi anh ta biến đau thương thành sức mạnh, nhanh chóng trở lại năng động và bắt tay vào giải toả vấn đề, sự cố. Anh ta lại đam mê với những khả năng và vận hội do mình mới phát hiện.

Chừng nào chúng ta còn bị giam chân bởi những ám ảnh của biến cố, thì chúng ta còn mất tính năng động. Chúng ta không được quên rằng trái bóng nằm trong chân ta. Một vấn đề sẽ mất hiệu lực đối với chúng ta một khi chúng ta không còn quan tâm tới giải pháp. Cứ mỗi khi một vấn đề xuất hiện, chúng ta nên giành tối đa 10% cho việc tìm hiểu vấn đề và 90% cho việc tìm kiếm giải pháp.

## **QUAN ĐIỂM CỦA NGƯỜI THÀNH ĐẠT ĐỐI VỚI NHỮNG BIẾN CỐ**

Tại sao những người thành đạt xử lý những biến cố theo một cách khác? Từ đâu mà họ có sức mạnh? Sự khác biệt có tính quyết định và chìa khoá của sức mạnh là ở cách nhìn nhận vấn đề. Quan điểm của một người thành đạt hoàn toàn khác. Trước hết có 3 sự khác biệt sau:

1. Hầu như không bao giờ người thành đạt nhìn nhận sự cố là bất biến.

Đúng hơn là họ tin rằng: "Sự cố có thể thay đổi". Vì vậy họ có sức mạnh để tìm kiếm giải pháp. Ngược lại những người tin rằng sự cố là bất di bất dịch, đành phó mặc cho "số phận".

2. Người thành đạt không cho phép sự cố ảnh hưởng tới mọi lĩnh vực cuộc sống của họ, hoặc chí ít họ sẽ ngăn chặn ảnh hưởng xấu của nó.

Nếu một lĩnh vực trong đời sống của họ có vấn đề thì cuộc sống không vì thế mà bị xáo trộn. Những người hay quan trọng hoá sự cố, thường cho rằng, nói chung không còn gì để hy vọng, vì họ nhìn thấy mình không còn đất để tồn tại. Cứ như vậy họ tin rằng mình là vô dụng và cuộc sống đã tuột khỏi tầm tay.

3. Người thành đạt xem sự cố không liên quan tới nhân cách.

Họ nhìn vấn đề đúng hơn như là những thách thức và vận hội để trưởng thành. Ngược lại ai nhìn vấn đề như là một bằng chứng về sự khiếm khuyết trong nhân cách của mình, sẽ cảm thấy nản lòng. Cuộc đời đối với người ấy như lao xuống dốc. Người thành đạt xử lý sự cố theo cách dưới đây:

\* Cách chúng ta nhìn nhận sự cố là một vấn đề. Chúng ta nhìn nhận sự cố thường quá nghiêm túc hoặc quên rằng nó là một vận hội

giúp ta trưởng thành. Vào thời khắc mà chúng ta nghĩ tới giải pháp cho vấn đề sẽ xuất hiện sự thách thức từ vấn đề đó. Sự thách thức này mang lại cho chúng ta những bài học quan trọng và làm chúng ta lớn mạnh thêm lên.

\* Không có một thách thức nào lại không tiềm ẩn một món quà cho chúng ta. Chúng ta cần phải rà soát lại vấn đề, sự kiện một cách công bằng vì chúng ta cần những món quà ấy.

\* Sự kiện làm nên vận hội giúp chúng ta mở rộng phạm vi ảnh hưởng. Khi những vấn đề nổi cộm, ta phải rời bỏ khu vực thuận lợi để đối mặt với những công việc lớn lao hơn trong đời sống chúng ta. Nếu học tập và trưởng thành là ý nghĩa của đời ta, thì chính những vấn đề đang cần giải quyết là cơ hội để trưởng thành.

\* Nếu bạn muốn giàu có, bạn phải tìm kiếm một danh mục dài những vấn đề cần giải quyết. Bạn có thể dùng khả năng mình cho việc tránh né những vấn đề ấy. Bạn sẽ nhận thấy là không thể được. Hoặc bạn có thể sử dụng khả năng mình để chung sống cùng những vấn đề một cách thắng lợi.

\* Bạn hãy đừng mong những tình huống đơn giản hơn, mà mong mình có được nhiều khả năng hơn. Bạn đừng mong sự kiện, vấn đề sẽ qua đi, mà hãy mong có khả năng xử lý được vấn đề.

\* Mọi thăng ngốc đều có thể làm nên một

thành công. Nhưng chỉ một số ít người có khả năng xử lý thất bại và biến cố. Mỗi thành công mang lại cho bạn một phần thưởng và mỗi thất bại làm bạn mạnh thêm. Giống như cây cối cần nắng mưa thì chúng ta cũng cần thành công và sự cố để trưởng thành.

\* Sự kiện chấp cánh cho chúng ta. Sự kiện giảm thiểu sự phung phí tiềm lực của chúng ta. Chúng ta phải năng động, sáng suốt và hành động sáng tạo.

\* Không có một sự kiện và nỗi đau nào mà đằng sau không ẩn dấu một "hũ vàng". Nhưng có nhiều người nhìn chòng chọc vào vấn đề mà chẳng bao giờ phát hiện ra "hũ vàng".

\* Chúng ta thường thiếu mất khả năng nhìn toàn cảnh. Chúng ta có khi mô tả một điều gì đấy như là một tai họa, vì chúng ta chỉ nhìn một góc nhỏ của toàn bộ bức tranh. Về sau chúng ta mới nhận ra rằng cái tai họa tránh khỏi lại chính là điều tốt nhất mà ta gạt hái được.

## **BẠN LÀM CHỦ CUỘC SỐNG CỦA MÌNH**

Mỗi khi một sự kiện phát sinh trong đời sống của bạn, tốt nhất bạn hãy bắt tay ngay vào việc giải toả vấn đề. Bạn đừng để mất thời gian không cần thiết vào việc giận dữ hoặc tiếc nuối.

Bạn đừng xem mình là vật hy sinh. Bạn cũng đừng tìm kiếm sự sẻ chia của những người khác, bằng cách bạn mô tả số phận mình dưới màu sắc kịch tính. Tự trung bạn muốn có sự kính trọng và không phải sự sẻ chia.

Bạn đừng quên rằng: không ai ngoài bạn ra có thể làm chủ cuộc đời của mình. Tuy rằng có thể bạn không chịu trách nhiệm về mọi biến cố. Hầu hết bạn có phần liên đới trách nhiệm. Nhưng bạn độc quyền trong việc xử lý các sự kiện như thế nào. Có ba loại vấn đề khác nhau:

1. Những vấn đề ta trực tiếp kiểm soát được và giải quyết bằng cách điều chỉnh tập quán của chúng ta. Ví dụ như liệu ta có thể thu xếp ổn thoả với tiền nông hay không, là vấn đề thói quen tiết kiệm hay hoang phí. Điều đó ta hoàn toàn chủ động.

2. Những vấn đề ta gián tiếp kiểm soát được thì giải quyết bằng cách mở rộng phạm vi ảnh hưởng của chúng ta.

3. Những vấn đề chúng ta không kiểm soát được. Nhưng ngay trong một tình huống như thế, chúng ta lại kiểm soát được những gì xảy ra trong ta: như ta cảm thấy thế nào và ứng xử ra làm sao. Tốt nhất bạn hãy mỉm cười và trước hết hãy cảm nhận mình hạnh phúc.

## SÁU BƯỚC THỰC HÀNH ĐỂ GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

Ngay khi một vấn đề xuất hiện, tốt nhất bạn hãy chú ý ngay tới việc gì mình có thể làm bây giờ. Bạn không thể thay đổi quá khứ. Vậy thì điều quan trọng lúc này là nhanh chóng suy nghĩ về nguồn gốc của vấn đề. Bạn hãy bằng cách nhanh nhất đưa ra những câu hỏi dưới đây nhằm giải quyết vấn đề:

### 1. Có gì tốt trong vấn đề này?

Nếu không nhớ ra điều gì, bạn hãy hỏi tiếp: Cái gì có thể là tốt trong vấn đề này?... Như vậy bạn sẽ tập trung ngay vào bài học rút ra trong vấn đề này. Những bài học lúc nào cũng có ích cho mỗi chúng ta. Nhưng không phải tất cả đều biết tìm bài học.

### 2. Cái gì trong cuộc sống của mình chưa hoàn hảo để cho điều đó có thể xảy ra?

Với câu hỏi này bạn hãy tránh không cho rằng mình là vật hy sinh vô bổ. Rất có thể một người nào đó bất bình, phật ý với bạn. Nếu biết được điều đó cũng chẳng giúp bạn làm được việc gì. Nó chỉ giúp bạn hiểu rõ cách phòng tránh vấn đề đó xảy ra trong tương lai.

### 3. Bạn sẵn sàng làm những gì để trong tương lai không rơi vào hoàn cảnh này?

Trường hợp tối ưu có lẽ là trường hợp bạn không chỉ giải quyết được vấn đề mà còn tạo ra

được tình huống để những vấn đề như vậy không thể xảy ra trong tương lai nữa. Có vấn đề chỉ đơn giản được giải quyết bằng cách thay đổi thái độ đối xử.

4. Có những giải pháp nào khả thi? Bạn hãy xin lời khuyên của những người có thẩm quyền.

Bạn hãy chú ý tóm tắt ngắn gọn những điều cơ bản khi bạn giải trình vấn đề của mình. Bạn muốn một lời khuyên chứ không phải sự chia xẻ. Nói về những vấn đề để nhận được "sự thông cảm" nó vô bổ như phân bón cho cỏ dại.

5. Giải pháp nào là giải pháp tốt nhất? Bạn đừng chú trọng quá nhiều đến quá khứ không còn thay đổi được gì nữa. Túc giận chẳng giúp ích gì. Bạn hãy nhìn vào tương lai bằng cách tập trung vào những giải pháp.

6. Làm thế nào tôi có thể vui vẻ khi đang chế ngự vấn đề?

Con người đánh mất phẩm giá khi anh ta đau xót cam chịu những sự cố. Ai chỉ muốn thưởng ngoạn cuộc sống của mình khi đã giải quyết mọi vấn đề, thường hiếm khi có được sự vui vẻ. Cuộc sống thường là sự nối tiếp của những vấn đề, những sự kiện. Có thể bạn sẽ bị quở trách là "nhấn tâm" và ít "nhạy cảm" khi bạn gặp những hoàn cảnh khó khăn vẫn cười được và bông đùa. Như vậy là tốt rồi, còn hơn phải che giấu.

## MỘT SỐ VẤN ĐỀ TƯƠNG TỰ TÁI DIỄN NHIỀU LẦN

Tại sao luôn là tôi? Tại sao điều đó luôn xảy ra với tôi? Đôi khi hình như cuộc sống cứ chuyển tải cho chúng ta những bài học nhất định. Và chúng ta nhận được những bài học ấy nhiều lần đến khi chúng ta hiểu ra học thuyết của chúng ta.

Chúng ta có thể thay đổi chốn ở, chuyển đổi nghề nghiệp hoặc đối tác. Chúng ta hãy tìm tòi, nghiên cứu thứ học thuyết đó qua những bài học. Chúng ta không thể trốn chạy mãi những bài học của chúng ta. Ai có di cư sang tận nước Nhật thì những bài học ấy dưới hình thái Nhật Bản sẽ chờ đón họ ở đấy.

Cuộc sống không trừng phạt chúng ta, nó dạy dỗ chúng ta. Tất cả bài học đều có ý nghĩa. Ý nghĩa đó thường khi khó nhận thức ngay được. Nhưng nếu chúng ta vén bức màn của sự thiếu cận trong nhận thức, ta mới ý thức được những gì ta còn thiếu khuyết: ví dụ như sự đồng cảm, lòng khoan dung, trách nhiệm đối với con cái và người thân, sự yên ổn trong tâm hồn... Chỉ khi chúng ta đã hiểu rõ được ý nghĩa những bài học, thì chúng ta không cần một số kinh nghiệm nhất định nữa. Nhiều vấn đề do chúng ta tự tạo ra. Chẳng hạn khi có nhiều tiền, chúng ta mua một ô tô tốt hơn và một căn hộ



rộng hơn. Qua đây mà phát sinh những vấn đề mới đồng thời cũng kéo theo những bài học mới mà ta từng sợ hãi. Những suy nghĩ của chúng ta tạo nên hoàn cảnh.

Tất nhiên không phải cuộc sống lúc nào cũng khổ đau. Nhưng đôi lúc như vậy. Sự đau khổ đối với hầu hết chúng ta là nguyên nhân chính để thay đổi một cái gì đó trong cuộc sống. Chừng nào khổ đau không còn diễn ra nữa, nhiều điều sẽ an bài. Nhưng nếu có điều gì thực sự làm đau đớn, rồi chúng ta bị tổn thương và quyết ra tay làm thay đổi những điều cần thiết.

Tất cả chúng ta đều nhất trí cho rằng thách thức làm nên sự lớn mạnh. Nhưng nếu chúng ta có thể chọn lựa, thì chúng ta sẽ lựa chọn một thách thức thuận lợi, một thách thức không quá sức mình. Hầu hết chúng ta không muốn thực hiện những gì chúng ta phải thực hiện để đạt được điều mình mong muốn. Thách thức cũng đồng nghĩa với không thuận lợi. Đúng vậy, vì chúng ta chỉ trưởng thành trong những tình huống mang tính thách thức đối với chúng ta.

Cuộc sống của chúng ta có lẽ sẽ chẳng bao giờ "đơn giản cả". Nhưng chúng ta có thể lớn lên và học tập, để dành lấy cuộc sống ngày một tốt đẹp hơn. Cách xử lý vấn đề đã mô tả trên không phải là đơn thuốc cho một cuộc sống dễ dàng, mà dành cho một cuộc sống thú vị.

Hầu hết mọi người đều cho rằng, họ chỉ có thể hạnh phúc khi họ không có vấn đề. Người thành đạt biết rằng sẽ luôn luôn có vấn đề. Vấn đề càng nhiều thì thành công càng lớn. Vì vậy người thành đạt muốn có những thách thức. Họ vẫn hạnh phúc dù có những trục trặc, thậm chí nhờ nó họ sống theo nguyên tắc : "Nếu ta đã giải quyết một vấn đề, hãy tìm cho mình ngay một vấn đề mới, to lớn hơn".

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ cải thiện khả năng của tôi, xử lý vấn đề, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Hôm nay ngay khi một vấn đề xuất hiện, tôi tập trung ngay chú ý vào cách giải quyết. Tôi đọc ngay 6 bước thực hành để giải quyết vấn đề.

2. Tôi phải ý thức rằng mình không phải là người đầu tiên gặp vấn đề này. Tôi tìm cho mình một tấm gương, người đã xử lý thành công trong một tình huống tương tự, và học hỏi họ.

3. Tôi hiểu rằng vấn đề cốt lõi chính là cách nhìn nhận vấn đề của tôi. Giống như chiếc bánh nướng. Tất cả bánh nướng đều giống nhau là có 2 mặt: một mặt sáng và một mặt sẫm. Vì vậy tôi tự hỏi mình hôm nay: Cái gì là tốt trong vấn đề của tôi?

4. Tôi hiểu rằng mình sẽ lớn lên khi đối

mặt với vấn đề. Vì thế tôi không chối bỏ nó. Mỗi lần, khi tôi vượt qua được một vấn đề, tôi tìm ngay cho mình một thách thức tiếp theo. Vấn đề đối với tôi trở thành một dạng thách thức trong thể thao.

## BÍ QUYẾT 16

### YÚA LÀ SẾP YÚA LÀ NHÂN VIÊN

Ralf là một "công nhân thời vụ" điển hình, nếu mọi việc ổn thoả, anh ta tỏ ra rất chăm chỉ trong một thời gian ngắn. Nhưng trong mùa đông, nếu thu nhập ít ỏi, anh ta hầu như chẳng làm gì, mà chỉ chờ đợi vào hoàn cảnh khác hơn.

Người thầy của anh biết rằng, cứ cung cách này thì Ralf chẳng bao giờ thành đạt. Ông đau khổ khi chứng kiến Ralf đang phung phí tài năng của anh ta như thế nào. Nhân lúc họ gặp nhau cùng uống cà phê trong nhà bếp, ông ta quyết định dạy cho cậu Ralf một bài học. Ông cầm lấy một bình cà phê mới pha và bắt đầu đổ xuống sàn nhà. Ralf hét lên kinh ngạc. Anh ta nghĩ rằng ông giáo anh đầu óc đang để đâu đến mức quên cả việc cầm chiếc tách hứng dưới bình cà phê.

Chẳng nhảm lẫn gì cả, ông tiếp tục đổ tiếp. Nước cà phê bắn tung toé. Ralf ngao ngán nhìn vào vũng nước cà phê lai láng dưới sàn

nhà. Ông giáo bèn giải thích: "Này cậu Ralf, cà phê tượng trưng cho tài năng của anh, thiếu cái tách tượng trưng cho anh chưa có kỷ luật. Chừng nào anh chưa gắn liền tài năng của anh với kỷ luật thì anh chỉ phung phí tài năng và cuộc đời của anh. Một người vô kỷ luật thì giống một con người không thực sự sống".

\*\*\*\*\*

Chương này bàn tới một trong những thách thức quan trọng nhất mà mọi người trong mọi hoạt động nghề nghiệp phải vượt qua. Có lẽ nó còn là điều kiện quyết định cho mọi thắng lợi. Bằng những ví dụ dưới đây, chúng ta sẽ nói tới tính độc lập. Tất nhiên điều vừa nói trên cũng đúng với những người làm công ăn lương. Bạn chớ quên rằng: cuối cùng thì mỗi người đều làm việc vì mình. Với ý nghĩa đó thì tất cả chúng ta đều độc lập.

## **TẠI SAO NHIỀU NGƯỜI ĐỘC LẬP LÀM VIỆC VẪN THẤT BẠI**

Nhiều người đã làm việc độc lập để thực hiện một giấc mơ. Họ mong muốn là chủ của bản thân mình. Nhưng đáng tiếc là có nhiều

người đã thất bại. Chúng ta cũng được chứng kiến ở một số người là nhân viên của một hãng lại rất thành công. Tại sao có một vài người, có thâm niên nghề nghiệp, làm việc nhiều năm rất vất vả và rất tốt, nhưng vẫn không thành công, ngay cả khi họ dám độc lập tác chiến? Tại sao họ có thể qua nhiều năm làm giàu cho kẻ khác, còn cho mình thì không?

Câu trả lời rõ ràng là trong tính cách của những con người này thiếu vắng một cái gì đó, không trông thấy được, chừng nào họ còn làm công ăn lương. Cùng với năm tháng họ hình thành những thói quen. Những thói quen chỉ phát huy tác dụng trong thời khắc kịch tính, đó là khi họ quyết định: độc lập tác chiến. Họ đã quá quen thuộc với việc bị kiểm soát và thực hiện các công việc dưới một sức ép, đến mức họ chẳng hiểu nên làm như thế nào để tự dẫn dắt mình. Điều tương tự cũng xảy ra đối với những viên chức mới được đề bạt và lúc này có nhiều tự do hơn.

Sự thật là hầu hết loại người này chưa bao giờ mạo hiểm "độc lập tác chiến", vì họ cần sự kiểm soát và sự cưỡng chế để kiếm sống. Đối với họ làm việc sẽ dễ dàng hơn, khi có ai đó nhìn qua vai họ và thúc bách họ.

Suy cho cùng thì thành công và thất bại mãi vẫn là một kết quả trực tiếp từ những thói quen của chúng ta. Nếu chúng ta muốn biến đổi

một điều gì cho chúng ta thì chúng ta phải thay thế những tập quán cũ và rồi bằng những tập quán mới dẫn dắt chúng ta đến thành công. Sự khác biệt cơ bản có vẻ như hoàn toàn vô nghĩa.

Vấn đề là ở chỗ chúng ta đánh giá thấp tầm quan trọng của những "khác biệt nhỏ". Hình như chẳng có hậu quả gì đặc biệt xấu nếu bạn xấp xỉ đạt mục tiêu hàng ngày, hàng tuần thậm chí hàng tháng. Dường như chẳng có gì xảy ra nhiều nếu bạn chỉ làm việc 9 giờ thay vì 10 giờ.

Có tệ hại không nếu bạn chỉ kiếm được 6300 DM thay vì 7500 DM theo dự kiến? Nếu bạn nghỉ một giờ giữa ngày làm việc? Bốn lượt tiếp khách thay vì năm theo kế hoạch cũng ổn chẳng? Hoặc nếu bạn bắt đầu ngày làm việc lúc 9 giờ 30 phút, mặc dù theo thời khoá biểu trong ngày bắt đầu làm việc từ 9 giờ?

Bạn không hay biết tại sao lại có sự ảnh hưởng trực tiếp đến thu nhập của bạn. Nhưng rủi ro thay sẽ có ảnh hưởng đấy. Qua vài năm sau thậm chí sẽ có ảnh hưởng rất lớn đến thu nhập của bạn. Điều quyết định là liệu khi thực hiện công việc tiếp theo chúng ta có năng lực thực hiện 110% không. Vì nhiệm vụ tiếp theo luôn luôn là nhiệm vụ quan trọng nhất. Với nó chúng ta hoặc lớn lên hoặc thất bại. Với nó chúng ta xây dựng hay phá vỡ lòng tự tin.

Trong thực tế, thái độ của bạn sẽ quyết

định hoặc là bạn sẽ có một cuộc sống trung lưu hoặc là một cuộc sống trong giàu sang và thành đạt. Đây là chỗ khác nhau giữa một người bình thường và một người thành đạt. Ban đầu có thể sự sai lệch của đường đời chỉ vài độ. Nhưng sau vài năm chúng sẽ hoàn toàn tách xa nhau. Trong khi một người luôn đi tới thành đạt còn người kia đã đầu hàng. Bạn đừng bị nhầm lẫn: kỷ luật mang tính quyết định nhiều hơn là chúng ta tưởng.

## THẾ NÀO LÀ TỰ DO CÁ NHÂN

Có người không chấp nhận kỷ luật với lý do: kỷ luật đối lập với tự do cá nhân của tôi. Đây là cái cớ để xuyên tạc sự tự do. Thực chất tự do là gì? Người ta có thể hiểu tự do theo nhiều nghĩa. Định nghĩa sau đây sẽ rất bổ ích để nhận thức về kỷ luật: "Tự do không có nghĩa muốn làm gì thì làm. Tự do là thực hiện những điều bạn đã hoạch định có kỷ cương, kỷ luật".

Làm thế nào mà chúng ta lại có thể mệnh danh là người tự do, khi chúng ta không đủ khả năng để thực hiện những việc do chúng ta tự hoạch định ra. Chúng ta chẳng có tự do, mà là nô lệ của những tập quán xấu và sự yếu kém của chúng ta.

Một con người như thế chẳng bao giờ có



thể yên tâm hoạch định một chương trình gì. Anh ta biết rằng có lẽ mình sẽ không thực hiện nổi chương trình đó.

Bạn hãy quan sát những con người "không thể" thực hiện được những ý đồ của họ. Họ cảm thấy rất bi đát. Họ khinh bỉ mình và cảm giác những người khác cũng khinh bỉ họ. Nếu những người như thế lại cứ khẳng định mình có tự do, điều đó không đúng với sự thật.

## CON ĐƯỜNG DẪN ĐẾN GIÀU CÓ

Hầu hết mọi người hình dung sai về những gì là cần thiết để trở nên giàu có. Ví dụ nhiều người tin rằng muốn vậy điều quan trọng là phải có một tài năng đặc biệt. Ở đây họ không thấy rằng, sự thiếu vắng tài năng nơi họ thường dẫn đến sự thoả hiệp nguy hiểm: vì họ không có tài năng đặc biệt, nên họ không cần cố gắng.

Những người khác lại chỉ muốn "thao diễn 110%", khi nó "thực sự có lợi". Nhưng chúng ta không thể làm việc "cầm chừng" cho tới khi "nhiệm vụ lớn lao" của cuộc sống xuất hiện. Chúng ta phải nâng cao trình độ của chúng ta ngay từ bây giờ để đón nhận "nhiệm vụ lớn lao ấy", bằng cách hãy làm việc tốt nhất. Những người thành đạt được ghi nhận là có

chung một khả năng hoàn thành "nhiệm vụ lớn lao" một cách xuất sắc nhất.

Ngoài ra cái gọi là "nhiệm vụ lớn lao" hầu như không phải là những việc khó khăn đem lại sự thành công. Phần lớn nó chỉ là những công việc bình thường hàng ngày. Nếu bạn muốn trở nên giàu có, thì bạn không phải làm tốt những công việc đặc biệt khó khăn mà bạn phải làm đặc biệt tốt những công việc bình thường. Hạnh phúc nằm trong sự tăng cường kỷ luật để làm được nhiều hơn những việc mà ta cần làm. Con đường để xây dựng lòng tự tin là: bạn hãy tin tưởng rằng những dự định của bạn thực sự có thể thực hiện. Những ai bi quan không thể xây dựng được lòng tin như vậy.

## **LÀM THẾ NÀO BẠN CÓ THỂ THỰC HIỆN ĐƯỢC KỶ LUẬT CẦN THIẾT**

Kỷ luật thường không đến mức là một vấn đề của ý chí sắt đá. Ngược lại mục tiêu của chúng ta mới là cái quyết định. Ai không có mục tiêu, sẽ hành động vô kỷ luật. Mục tiêu càng cụ thể thì chúng ta càng có ý thức hơn để thực hiện. Ý tưởng về mục tiêu của chúng ta càng chính xác, thì chúng ta cần càng ít "kỷ luật". 'Sự say mê sẽ thay thế cho kỷ luật sắt.

Tất nhiên vẫn cần thiết đề ra cho mình

những mệnh lệnh và kiểm soát xem những mệnh lệnh ấy có được thực hiện hay không. Vấn đề là: làm thế nào bạn thực hiện được điều đó? Câu trả lời: bằng cách bạn vừa làm thầy vừa làm thợ kể cả khi bạn độc lập tác chiến, trong mọi công việc bạn phải làm như thể mình là một người làm thuê lại vừa làm ông chủ để tự kiểm tra mình.

Bạn phải chấp nhận trong ý nghĩ hai vai trò: thầy và thợ. Bạn phải đề ra chiến lược với cương vị là thầy. Bạn phải thi hành chiến lược đó có kỷ luật với cương vị là thợ. Khi bạn đặt ra cho mình một nhiệm vụ thì bạn đã phải nghĩ rằng nhiệm vụ đó sẽ do mình thực hiện.

Bạn phải nghiêm túc đối với mình, bạn không được phép bỏ qua bất cứ điều gì phương hại đến việc thực hiện kế hoạch. Người thầy trong bạn phải biết loại trừ tất cả những tập quán phi công nghiệp mà Óánh thợ Ó qua nhiều năm đã hình thành trong họ.

## **HÃY TRUNG THỰC VỚI CHÍNH MÌNH**

Nếu bạn vừa là thầy vừa là thợ thì trước hết bạn phải lìa bỏ một thói quen xấu, tự lừa dối mình. Ai ngồi nhà mà mơ mộng, bàn mưu, tính kế và nói chuyện tào lao, không giữ đúng kế hoạch của mình và không tham gia sản xuất

đều tự lừa dối mình.

Ta rất dễ lẫn lộn giữa "bận rộn" và "làm ăn". Chúng ta có thể dễ dàng lừa dối mình, bằng cách suốt ngày luôn chân luôn tay bận rộn. Câu hỏi chỉ là: bận bận rộn với việc gì?

Để không bao giờ xảy ra nguy cơ bận tự lừa dối mình, với tư cách là thầy bạn nên tự hỏi mình hàng đêm:

- Cái gì là kết quả hoạt động của mình hôm nay ?

- Những hoạt động sản xuất kinh doanh nào mình đã tiến hành?

- Những kết quả cụ thể nào mình đã đạt được?

Để trả lời những câu hỏi này thì chẳng có gì quan trọng với việc bạn đã làm hôm qua hoặc 6 tháng trước đây hoặc 5 năm trước đây. Và cũng không quan trọng bạn muốn gì ngày mai hoặc 3 tuần tới, khi "tình huống đã đổi thay". Vả lại cũng không quan trọng: Tại sao hôm nay bạn đã không thực hiện chương trình của bạn. Duy nhất có một điều quan trọng: Hôm nay bạn có giữ đúng chương trình của bạn không? Bạn đã làm những gì? Chỉ có những công việc có mục đích mới ảnh hưởng tới thu nhập của bạn.

## TÍNH NGUYÊN TẮC CỦA VĂN BẢN

Bạn phải trung thực với chính mình căn cứ vào cái bạn làm và cái bạn không làm. Những điều hứa hẹn hay bị huỷ bỏ nhất là những hứa hẹn với chính mình. Nếu kế hoạch chương trình và việc kiểm tra chỉ ghi nhớ trong đầu, thì tình cảm dễ làm sai lệch nó. Bạn có thể mạo nhận nhiều hơn những gì thực tế bạn đã làm.

Nếu bạn tự hỏi mình: hôm nay ta đã làm được những gì thì lương tâm bạn sẽ đưa ra lời giải đáp không trung thực. Câu trả lời của bạn sẽ pha trộn giữa sự không trung thực và sự tha thứ. Đây là bản chất của chúng ta. Chỉ có một cách duy nhất để tránh sự tự lừa dối: bạn phải ghi chép lại những hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả và những kết quả mình đạt được. Trong đầu bạn dễ dàng xoay chuyển mọi điều thành những điều mình cần có. Ngược lại, văn bản luôn trung thực, khách quan. Hoặc là bạn đã thực hiện việc đó, hoặc bạn không thể thực hiện nó.

Bạn hãy thực hiện một biểu thống kê các thành tích, trong đó bạn chỉ đưa vào những số liệu. Trong biểu sẽ không có chỗ cho sự dung tha. Bạn không thể tranh luận về những con số. Hoặc là bạn đã thực hiện đúng chương trình của mình hoặc là không.

Người thành đạt không thể làm việc mà không có sự tự kiểm soát mình. Làm thế nào bạn có thể đặt mục tiêu cho ngày mai, nếu như bạn không biết hôm nay mình đã làm gì? Làm thế nào để bạn có thể lãnh đạo được những người khác, khi bạn không thể tự dẫn dắt mình? Làm thế nào để bạn có thể cải thiện thu nhập của mình, khi bạn không biết mối tương quan giữa thời gian lao động, cường độ lao động và kết quả lao động?

Không một ai có thể điều hành một đơn vị kinh tế bằng trí nhớ. Bởi vì có quá nhiều số liệu, dữ kiện, sự việc, thông tin và các chi tiết khác. Bạn không thể cho phép mình chơi trò may rủi và bạn cũng không thể hoàn toàn tin cậy vào trí nhớ của mình. Thể hiện tất cả trên văn bản có thể giúp ích cho nhiều lĩnh vực của đời sống.

Người thành đạt luôn luôn vừa là thầy vừa là thợ. Để tránh chuyện bạn tự lừa dối mình, bạn hãy ghi chép lại mọi việc mà bạn muốn tự kiểm soát. Những ai luôn luôn được khen ngợi, thường có cảm giác dễ chịu, nhưng họ không có cơ hội để hoàn thiện mình. ý kiến phê bình xây dựng ngược lại không phải lúc nào cũng dễ chịu, nhưng nó rất bổ ích. Người thành đạt muốn có sự hồi âm rất mực trung thực. Họ cũng rất trung thực với mình, cho dù có phải khổ đau. Họ biết rằng ai không thể kiểm soát

được mình, thì phải để cho người khác kiểm soát.

### ***Thực hành:***

Hôm nay tôi sẽ cải thiện khả năng của mình: vừa làm thầy vừa làm thợ, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau:

1. Tôi biết rằng, với tư cách người độc lập thì thành quả của tôi phụ thuộc vào việc tôi có thực hiện kỷ luật không. Tôi quyết tâm xây dựng kỷ luật của mình. Mỗi chi tiết trong đó đều quan trọng. Hôm nay tôi duy trì tất cả kế hoạch đặt ra chính xác từng phút.

2. Tôi quyết định vừa làm thầy vừa làm thợ. Tôi sẽ cứng rắn với bản thân. Tôi kiểm soát mình, như một người thầy kiểm tra học trò của mình. Tôi không hiểu tại sao tôi cần làm việc chăm chỉ hơn cho ai khác, hơn là cho bản thân mình. Tôi hiểu rằng nếu tôi không kiểm soát được mình thì người khác sẽ làm việc đó. Hoặc tôi tự nghe theo lệnh mình, hoặc tôi phải tuân theo lệnh người khác.

3. Cuối ngày làm việc tôi kiểm tra nghiêm túc kết quả của mình. Vì tôi - như mọi người - có khuynh hướng tự lừa dối mình. Tôi ghi chép lại tất cả kết quả của mình và những hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả trong ngày.

4. Vì không ai có thể suốt đời tuân theo

kỷ luật, nên tôi dự định cứ hai tuần có một "ngày xả hơi". Trong ngày này tôi làm những gì tôi muốn, tôi ăn gì tôi thích, tôi ngủ bao lâu tùy thích... Tôi tạm quên mọi kỷ luật để cho cuộc sống "mất trật tự" vì tôi đã hoạch định như vậy. Trong khi những ngày khác tôi hoàn toàn sống có kỷ luật. Nếu như tôi có thể mệt mỏi, thì tôi nhớ tới chuyện: "một ngày xả hơi" sắp đến. Như thế là tôi được tiếp sức để sống và lao động có kỷ luật.