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

*Bodo 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 lí học xuất sắc và là một trong những tên tuổi gần gũi nhất của đồng đảo 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 nhoà 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 trăn 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 đoá 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 cớ ngụy biện 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 thể 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 1
DÁM QUYẾT ĐỊNH

Ngày xửa 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 Ngươi không dám cất bước thì chẳng bao giờ Ngươi hiểu biết mảnh đất dưới chân Ngươi. Hãy tin tưởng mọi việc rồi sẽ ổn thoả với Ngươi 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 suối nhỏ đã có một cuộc sống bội phần tươi đẹp hơn cả những giấc mơ ngày thơ ấu. Khi cưỡi sóng êm ái vượt trùng dương, suối 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

khoăn 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 TRÓI 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 chăng? 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 thương 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 ngớ 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.

NGUYÊN 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 nghệch, 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 muộn 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 cẩn 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 ôtô 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: Ngươi 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 liều 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 lụi tàn. 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 LẶP 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, hờ hững. Nhiều người ngả theo chiều hướng này, vì xem ra nó có vẻ vô thưởng vô phạt. Nhưng thực ra nếu chúng ta ngừng 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: "Tồi một chút cũng chẳng sao"

CẠM BẪY 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 "Mình đang đi theo hướng nào đây?"

SỰ SO SÁNH DÀI HƠI

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 khoẻ, 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 tấm 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 tấm 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".

Đấy 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 thử rằng bạn quyết định cải thiện thêm 1% trong năm lĩnh vực của cuộc sống, đó là sức khoẻ - 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 HỖ 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 lỡ và kiến tạo lòng tự tin. Rồi những cuộc hội thảo, toạ 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 cân 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 đấy 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 khoẻ 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 sặc 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 chăng 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 cám 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 LÍ 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. Nhẽ 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 cắn rứt, 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 tháng, 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 thần 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. Đấy 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 huýt 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. Cám ơn những con người ta yêu mến và họ mến yêu ta. Cám ơn về những khoảnh khắc quý giá. Cám ơn vì bạn được mạnh khoẻ, 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 đấy 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 thong 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 quả 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 chí ít cũng chưa sử dụng tối ưu 80% số thời gian chúng ta đầu tư vào công việc. Cái gì là cái màu nhiệm của 20% còn lại trong công việc của bạn. Nhiều thương gia phải ngả 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 đống sổ 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 lẩy bẩy, kinh hoàng. Đấy là một sáng

mùa đông và một cơn bão tuyết đã quất 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, đấy 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 dại 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 chụp giựt đều là trò đỏ 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, chừng 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 chí 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 nẩy 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 nẩy 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 đoạt 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 nẩy 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. Đấy 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? Gớt 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. Lầm 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 giầy 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 đấy 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 cộng sự làm việc trong toà nhà trung tâm của Nike vẫn mặc những chiếc áo phông "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 đớn 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 tắm mình ở những nơi lặng 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 BÀO 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 bổ 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 khoẻ - 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 LÍ 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 nẩy 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.

NẾU CHÚNG TA KIỂM SOÁT ĐƯỢC Ý NGHĨ CỦA CHÚNG TA THÌ STRESS KHÔNG THỂ ĐEO BÁM 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 nguyền không động chạm đến phụ nữ. Làm sao mà đệ lại có thể cõng nàng trên lưng ngang nhiên như vậy"*. Thầy nọ 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 mẩn, 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 tuỳ 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 thở ra chầm 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".*

****

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 đấy 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 quây quần 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 quở trách 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 năngchịu 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 Linoln từng nói: *"Các ngươi 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 lìa 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 ĐẤY 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 nỗi 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 đấy 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 khoẻ 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 gấp 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 đấy 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 MỚI 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 luỹ 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 "rơi". 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 DŨNG CẢM NHẬN LẤY 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. Đấy 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: chí 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: hắn 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 dừng 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.

Trong 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 tuỳ 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 tăm tia 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 thể 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. Chí 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 nhảy 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 giầy 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 hăng 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 11
HÃY ƯỚC MƠ VÀ SỐNG VỚI GIẤC MƠ

Một hôm cháu gái lên năm bối rối 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

bâng 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 tuỳ 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 hoạ 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 vỏn vẹn 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 hủy hoại. Sau đấy ông yêu cầu đưa ngay người vợ đến chỗ ông. Một lát sau khi bà vợ đến nơi, ông nói: *"Mình 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. Đấy 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 khóa 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 đấy 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 thiêu 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 đấy 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 THẾ 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 đấy xây dựng cho chúng ta một niềm tự tin để ngẩng 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 đành 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 đằm 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 KHỎE KHÔNG PHẢI CHỈ LÀ KHÔNG BỆNH TẬT

Bạn định nghĩa như thế nào về sức khoẻ? Hầu hết mọi người đều không biết nói gì hơn là: "Nếu tôi không ốm, là tôi mạnh khỏe". Nhưng sức khoẻ không phải chỉ là không thấy triệu chứng bệnh tật. Sức khoẻ 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 khoẻ 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 khoẻ 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 khoẻ 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 khoẻ 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 khoẻ và chú ý tới chế độ ăn uống và luôn vận động. Có sức khoẻ 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 thể 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 độn. 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 khổ hạnh" trông hết sức bệnh hoạn. Họ cũng chẳng gây được mảy may ấn tượng 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 ỎmấtÕ 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 khoẻ 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 giỏi kiểm tra kỹ càng sức khỏe của mình.

BÍ QUYẾT 13
CHỚ NẢN LÒNG TRƯỚC MỌI KHƯỚC TỪ

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 phấn 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", đành 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. Đấy 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 TRƯỞNG 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 châm 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 tức. 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 nhiễu 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 dối 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 hời 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 ĐÂU

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 phủi 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 vời. 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%. Đấy 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 đãi 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 VẤN ĐỀ

Một cô gái đi chơi cùng bạn trai của mình, một thuỷ thủ, dọc bến cảng. Cô gái có chuyện gì đấy và đang rất buồn phiền. Chàng thuỷ 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 thuỷ 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 thuỷ 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 nhoài 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 nỗi 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 nỗi 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 thằng 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 chắp 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 gặt 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. Tựu 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 nong 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. Tức 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 "nhẫn 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 thiển cận trong nhận thức, ta mới ý thức được những gì ta còn khiếm 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 ôtô tốt hơn và một căn hộ

rộng hơn. Qua đấy 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
VỪA LÀ SẾP VỪA 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 khá 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 nhầm 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 chăng? 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. Đấy 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 KỈ 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 Ỏcánh thợÕ 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: bạn bận rộn với việc gì?

Để không bao giờ xảy ra nguy cơ bạn 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. Đấy 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 tuỳ 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.

BÍ QUYẾT 17

HÃY ĐẶT RA CHO MÌNH NHỮNG MỤC TIÊU LỚN

Một tỷ phú dầu mỏ người Mỹ phác họa những mục tiêu lớn và những kế hoạch vĩ đại cho học trò của ông. Anh ta nhìn vào những số liệu mà người thầy viết trên giấy không mấy tin tưởng. Nhưng nhà tỷ phú vẫn giảng giải tiếp.

Người học trò nhận thấy những mục tiêu hoàn toàn hấp dẫn, nhưng anh không thể hoá thân cùng những mục tiêu ấy. Anh xem chúng đơn giản là không hiện thực và không tin tưởng mình có thể chinh phục được chúng.

Khi anh ta thông báo cho nhà tỷ phú những băn khoăn của anh, ông ta giải thích: "Tôi đã đạt được sự giàu có, vì tôi đã đặt ra cho mình những mục tiêu lớn lao. Thực ra những mục tiêu của tôi là không hiện thực và quá lớn đối với tôi. Nhưng tôi đã trưởng thành trong những mục tiêu ấy".

Ông yêu cầu cậu học trò theo ông ra sau vườn nhà. ở một góc vườn mọc đầy những quả

bí lớn, chen chúc cạnh nhau. Chỉ có một quả bí có một hình dáng khác lạ và bé hơn nhiều các quả khác, vì nó lớn lên trong một lọ thuỷ tinh.

Lúc bấy giờ nhà tỷ phú bèn nói rằng: "Tôi tin rằng, hầu hết mọi người thường thất bại ở nơi họ chỉ muốn trở thành nhà vô địch bậc trung. Mục tiêu của chúng ta quyết định sự trưởng thành của chúng ta. Chúng ta lớn lên trong những mục tiêu ấy như quả bí kia trong lọ thủy tinh. Nhưng đáng tiếc hầu hết mọi người đã lựa chọn những mục tiêu quá bé nhỏ trong thực tế nó đã hạn chế họ trưởng thành. Nếu chúng ta muốn có một đôla từ cuộc sống thì cuộc sống lại trừng phạt chúng ta cũng đúng một đôla. Cuộc đời thật ngắn ngủi để sống vô nghĩa".

CHÚNG TA ĐỀU TÀI GIỎI TRONG HOẠCH ĐỊNH MỤC TIÊU

Có nhiều sách vở bàn về việc xác lập mục tiêu. Thực ra chúng ta không cần đến nó. Vì tất cả chúng ta đều biết cách hoạch định mục tiêu. Bạn có cách nào khác để sở hữu những thứ bạn có hôm nay? Căn hộ của bạn cùng những thiết bị nội thất, cả chiếc ô tô bạn đang đi là những thí dụ về những mục tiêu đã đạt được.

Trước tiên bạn phải biết bạn muốn gì, rồi

bạn tìm được cách để có nó. Chỉ đơn giản như vậy. Một khi nhu cầu đã bức xúc chúng ta luôn tìm được cách để có nó, những thứ mà trong cuộc sống chúng ta muốn có. Nguyên nhân chính làm cho hầu hết mọi người không có được cái mình muốn là vì họ chỉ chạy theo những thứ nằm ngoài tầm tay, mà nhẽ ra chỉ nên xem đấy là những ước ao và những mục tiêu lớn. Jonathan Swift* từng châm biếm rằng: *"Sung sướng nhất là những người không mong chờ gì hết, vì họ muốn không bị thất vọng".*

Sự chờ đợi của chúng ta và những mục tiêu mong muốn xác định nên những gì mà chúng ta muốn nhận được trong cuộc sống. Vì khi chúng ta mong muốn điều gì và lao động vất vả vì điều đó, thể nào chúng ta cũng nhận được. Chúng ta chỉ phải chú ý rằng mục tiêu đó đừng quá nhỏ nhoi. Chúng ta không được phép chối bỏ một mục tiêu khi nó có vẻ khó đạt được.

Khi chúng ta có tuổi, chúng ta sẽ chỉ ân hận có một điều là những việc ta chưa làm được. Thật là tồi tệ nếu một ngày nào đó người ta không hối hận nhìn lại quá khứ và tự trách mình: "Giá như ta đặt ra cho mình những mục tiêu lớn hơn, thì cuộc sống của ta đã không trôi qua như thế này".

NHỮNG LỢI THẾ CỦA MỤC TIÊU

Bạn đã lần nào chơi ghép hình với 1000 chi tiết? Có lẽ bạn còn nhớ một hình mẫu quan trọng như thế nào. Nó giúp bạn biết cần ghép theo cách nào. Bạn hình dung được các chi tiết phải ghép như thế nào mới có ý nghĩa.

Trò xếp hình cuộc sống còn phức tạp hơn nhiều. Có bao nhiêu sách vở, tạp chí, cố vấn, hội thảo, cơ hội... Chúng ta phải chọn lựa từ rất nhiều chi tiết. Vì vậy chúng ta cần có mục tiêu chính xác: một "hình mẫu".

Ở đây, thoạt đầu thì chẳng có gì quan trọng nếu bạn có giành được mục tiêu lớn của bạn hay không. Điều này nghe ra có vẻ mâu thuẫn với những điều đã nói ở trên. Cuối chương này sẽ trình bày rõ. Trong thực tế nó liên quan đến một nghịch lý. Chậm nhất là lúc chúng ta đến đích mới phát hiện ra rằng đây chỉ là một điểm dừng trên đường của chúng ta. Chúng ta không thể sống khi không đạt được những mục tiêu. Mục tiêu chỉ cho hướng đi của chúng ta có một ý nghĩa và cho chúng ta một cuộc sống dễ dàng hơn. Như vậy mục tiêu có 3 lợi thế dưới đây:

1. Nó cho chúng ta một điểm cố định để chúng ta có thể điều chỉnh hướng đi của chúng ta vào đấy. Ở những trường hợp khác chúng ta hoàn toàn không biết nên xuất phát theo hướng nào.

2. Trên đường đi nó cho chúng ta những hướng dẫn giao thông thiết yếu. Giúp chúng ta nhận ra cơ hội, khi nó có ý nghĩa đối với chúng ta.

3. Mục tiêu cho chúng ta lý do và động cơ để xuất phát.

(* *Jonathan Swift (1667 -1745), nhà văn châm biếm Anh - BT).*

Ý NGHĨA CỦA NHỮNG MỤC TIÊU LỚN

Những mục tiêu rất lớn còn có những lợi thế khác. Nếu trong cuộc sống bạn muốn có một bước nhảy vọt, thì bạn phải đặt ra cho mình những yêu cầu cao hơn và những mục tiêu lớn hơn.

Sự bứt phá ngoạn mục bắt đầu từ những mục tiêu ngoạn mục. Đây không phải là vấn đề một căn hộ đẹp hoặc một xe hơi đắt tiền, không phải là vấn đề sang trọng và tiện nghi hoặc tiền bạc. Nó là vấn đề nhân cách của bạn, thứ nhân cách mà còn tiếp tục phát triển trong quá trình lao động.

Cuối công việc chúng ta có đạt được những mục tiêu lớn hay không, không mấy quan trọng. Cái đáng kể là sự cố gắng của chúng ta: cố gắng học tập, trưởng thành và phát triển

những khả năng mới. Giá trị đích thực của một mục tiêu cao cả là sự phát triển của chúng ta trên đường chiếm lĩnh mục tiêu.

Bạn đặt mục tiêu càng cao, bạn phải cố gắng càng nhiều để chinh phục nó. Một số người thậm chí còn đặt ra cho mình những mục tiêu mà trọn đời cũng không thể đạt được. Bạn biết rằng một sự cố gắng nửa vời sẽ không đưa bạn tới đích. Bạn phải cố gắng 110%. Có như vậy mới đảm bảo bạn thường xuyên vận động và lớn mạnh. Chỉ khi chúng ta đòi hỏi ở cuộc sống điều tốt nhất, chúng ta mới huy động cái tối đa của chúng ta và qua đấy chúng ta mới có khả năng trở thành người ưu tú.

Những ai theo đuổi những mục tiêu lớn, thường không còn lấn bấn với những chuyện vặt vãnh trên đường tới đích. Ngay cả khi bạn để tuột mất một vài mục tiêu, bạn vẫn gặt hái được rất nhiều. Và con đường đi tới mục tiêu của bạn mở ra bao nhiêu điều mới lạ, đầy tri thức và tươi đẹp, nên chỉ riêng cuộc hành trình bạn đã được đền đáp. Chừng ấy cũng đủ để xem con đường cũng là một mục tiêu.

Đấy cũng là lý do vì sao chúng ta không cần phải đạt tất cả các mục tiêu. Nhưng mục tiêu của chúng ta xác định con đường của chúng ta. Mục tiêu càng cao thì chất lượng con đường càng tốt. Mục tiêu càng cao thì sự trưởng thành của chúng ta càng có tầm cỡ.

PHÂN BIỆT GIỮA MỤC TIÊU NGẮN HẠN VÀ MỤC TIÊU DÀI HẠN

Những ai từng hoạch định mục tiêu, thường động chạm đến một vấn đề tưởng như mâu thuẫn. Một mặt chúng ta cần xây dựng mục tiêu càng lớn, càng bức xúc càng tốt, một mặt lại xem việc chinh phục được mục tiêu không mấy quan trọng, nếu không muốn nói là thứ yếu.

Ở đây liên quan đến một nghịch lý. Mục tiêu ngắn hạn và mục tiêu dài hạn là khác nhau về chủng loại, nhưng lại bổ sung cho nhau. Có hai sự khác biệt quan trọng: một là trong cách hoạch định mục tiêu, hai là trong mức độ quan trọng của việc thực hiện.

HOẠCH ĐỊNH MỤC TIÊU

Trong khi chúng ta không sao có thể hoạch định đủ lớn cho những mục tiêu của cả đời mình, thì chúng ta không nên đánh giá mình quá cao trong những mục tiêu ngắn hạn.

Để có thể tiến hành những biến đổi lớn lao, trước tiên chúng ta phải đổi mới bản thân. Điều đó cần có thời gian. Đôi khi nó đòi hỏi nhiều thời gian, để một con người chấp nhận điều đó.

Phần lớn mọi người coi trọng những gì họ có thể đạt được trong một năm và coi thường những gì họ có thể đạt được trong mười năm tới. Chúng ta hay đánh mất lòng can đảm khi chúng ta không đạt được những mục tiêu trước mắt. Ngoài ra nó còn làm giảm thiểu lòng tự tin và động lực của chúng ta. Chúng ta nên xây dựng những mục tiêu ngắn hạn sao cho chúng ta kiểu gì cũng có thể đạt được. Ví dụ như chỉ tăng 20% so với thành tích của năm cuối.

Một lần nữa xin nhớ rằng: nhưng mục tiêu dài hơi chúng ta nên xây dựng càng cao càng tốt. Vì những mục tiêu này xác định những gì chúng ta phải làm từ vô số những cơ hội mà chúng ta đối mặt hàng ngày. Mục tiêu càng cao thì chúng ta nhận thức và có thể tận dụng được càng nhiều cơ hội. Những mục tiêu dài hơi mang lại cho chúng ta những thông tin liệu chúng ta có thực sự muốn lớn mạnh và muốn làm nên điều tốt đẹp nhất từ cuộc sống của chúng ta.

THỰC HIỆN MỤC TIÊU

Tất nhiên chúng ta cần cố sức để thực hiện những mục tiêu ngắn hạn quan trọng. Rồi chúng ta mới có thể hoạch định nhiều hơn trong các mục tiêu tiếp theo.

Nếu chúng ta nhiều lần không hoàn

thành mục tiêu ngắn hạn thì chúng ta không tin vào khả năng có thể đạt được những mục tiêu dài hạn cao hơn. Chúng ta phải xây dựng lòng tự tin của chúng ta từ những mục tiêu ngắn hạn đã đạt được.

Những mục tiêu đã đạt được làm phong phú thêm cuộc sống của chúng ta. Nhưng trước hết con người chúng ta được biến đổi qua mỗi mục tiêu đã đạt.

Qua những mục tiêu đạt được chúng ta có thêm lòng dũng cảm và niềm tự tin. Ngược lại, những mục tiêu thất bại mang lại cho chúng ta một vị thế tiêu cực, ở đấy chúng ta ngày càng mất tự tin và cuối cùng cam chịu bó tay.

BA LOẠI MỤC TIÊU

Người thành đạt biết rằng việc hoàn thành những mục tiêu ngắn hạn quan trọng như thế nào. Vì họ cũng biết rằng chẳng có ai thành công hoàn hảo trong những mục tiêu đó, nên họ phân biệt giữa mục tiêu A, mục tiêu B và mục tiêu C.

* **Mục tiêu C** là loại họ không phải thực hiện. Họ chỉ cần nhớ tới cho đến khi nào họ không còn quan tâm nữa.

* **Mục tiêu B** là loại tuy có nằm trong kế hoạch nhưng không phải mục tiêu bắt buộc,

trước hết nó là những mục tiêu hướng dẫn.

* **Mục tiêu A** là loại mục tiêu phải hoàn thành.

Bạn hãy tập thành thói quen sau mỗi mục tiêu ghi ngay loại tương ứng cho nó là A, B hoặc C. Sự phân loại này có ưu điểm là chúng ta không phải thực hiện tất cả các mục tiêu của chúng ta mà chẳng xâm phạm đến lòng tự trọng.

Với mục tiêu A chúng ta cũng nên khiêm tốn. Vì chúng ta bằng mọi giá phải thực hiện nó. Nếu bạn làm được như vậy bạn luôn được yên tâm và gây được ấn tượng tự tin tới những người xung quanh. Bạn có thể nói rằng: "Đến lúc này tôi đã hoàn thành mọi mục tiêu "pháp lệnh", trong tương lai tôi cũng sẽ làm như vậy". Chúng ta nên hoạch định những mục tiêu ngắn hạn loại A là những mục tiêu trong mọi tình huống đều có thể đạt được. Nhưng đôi khi chúng ta cũng cần rèn luyện tính phấn đấu và tự phá kỷ lục của mình, bằng cách thỉnh thoảng cũng dành chỗ cho những mục tiêu ngắn hạn loại A ngoài khả năng bình thường của chúng ta.

Những mục tiêu dài hạn loại A quyết định cuộc đời chúng ta. Chúng ta không nên đặt ra quá nhiều. Nhưng cũng cần có một vài mục tiêu có vẻ như "không khả thi". Thế giới của chúng ta không bao giờ lớn hơn những mục tiêu của chúng ta. Bạn đừng băn khoăn: cái gì là

"hiện thực", mà hãy suy nghĩ xem tính hiện thực của mình nên như thế nào.

Che Guevara* từng nói: *"Chúng ta muốn hiện thực. Chúng ta hãy làm cái không thể".*

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ sử dụng sức mạnh của các mục tiêu đối với tôi, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Tôi suy nghĩ về những mục tiêu dài hạn của mình và cân nhắc xem tôi không nên đặt những mục tiêu ấy cao hơn chăng. Không có gì ảnh hưởng tới đời sống của tôi nhiều hơn là những mục tiêu dài hạn. Mục tiêu càng cao thì cuộc sống của tôi sẽ càng căng thẳng và phong phú hơn.

2. Những người không hiểu gì về những mục tiêu lớn, tôi sẽ không tìm đến để học hỏi, bởi vì với họ chỉ thu hoạch được những cuộc thảo luận vô bổ, tiêu phí sức lực và có khi còn mang lại cho tôi những mối hoài nghi. Tốt hơn là tôi nghĩ xem: Họ ở đâu rồi những người có thể giúp đỡ tôi thực hiện những mục tiêu của mình?

3. Để cho những mục tiêu không quá trừu tượng, tôi đóng một cuốn Album "giấc mơ", trong đấy tôi dán tất cả giấc mơ của tôi dưới dạng các bức ảnh (ví dụ ảnh cắt từ tạp chí, ảnh sưu tập, các bức tranh...). Khi tôi xem cuốn

Album này hàng ngày, tôi sẽ càng quyết tâm chinh phục các mục tiêu.

4. Tôi phân loại các mục tiêu ngắn hạn của tôi thành ba loại: A, B và C. Những mục tiêu ngắn loại A tôi phải đạt được. Vì vậy tôi xây dựng nó sao cho với sự cố gắng tôi sẽ luôn có thể thực hiện. Có như vậy tôi mới tăng cường được lòng tự tin của tôi cho những mục tiêu lớn hơn.

5. Tôi tự hỏi mình: Ta đã sẵn sàng chưa để hoạch định cho mình một mục tiêu dài hạn, một mục tiêu thực ra cho đến hết đời ta vẫn không thể đạt được.

(Che Guevara (1928 - 1967), nhà cách mạng Mỹ Latinh, từng là Bộ trưởng Công nghiệp nước Cộng hoà Cu Ba, từng sát cánh cùng Fidel Castro lật đổ nhà độc tài Batista, lập nên nhà nước Cộng hoà Cu Ba - BT).*

BÍ QUYẾT 18

HÃY CHO NGƯỜI KHÁC NHỮNG GÌ HỌ CẦN

Mặt trời và cơn bão muốn xác ai minh xem ai là kẻ mạnh hơn và có thể làm cho người du khách phải cởi áo măng-tô trước tiên. Cơn bão thổi gió mạnh hết đợt này đến đợt khác vào người đàn ông tội nghiệp. Nhưng khi bão càng thổi mạnh thì du khách càng vùi mình sâu hơn vào áo măng-tô của anh ta và giữ chặt lấy nó.

Khi cơn bão đã kiệt sức và cuối cùng phải đầu hàng, thì mặt trời chiếu những tia nắng ấm áp lên du khách. Người này bỗng chốc thấy nóng nực và anh ta bèn cởi bỏ chiếc áo măng-tô.

****

Chúng ta sẽ được nhiều thứ, nếu chúng ta dàn xếp được một dịp giao lưu với mọi người, những cuộc giao lưu trên tinh thần của sự thông cảm, lòng khoan dung, có thiện chí, thanh lịch

và đầy tình cảm, hứng thú và tôn trọng lẫn nhau. Những dịp giao lưu như vậy cần được cả đôi bên thực sự mong muốn và đều cảm thấy thoải mái. Để cho đơn giản chúng ta hãy gọi tinh thần những cuộc giao lưu này là "tình yêu thương".

TÌNH YÊU THƯƠNG

Tình yêu còn nhiều hơn là một tình cảm riêng tư. Cụm từ "tình yêu thương" xem ra có vẻ sáo mòn và nhiều người cảm thấy xấu hổ khi phải dùng nó. Tình yêu thương thắt chặt quan hệ của chúng ta với những người khác hơn bất kỳ thứ gì khác. Chúng ta cũng có thể giải quyết mọi vấn đề nhanh nhất qua nó.

Tình yêu là thứ quyền lực mạnh nhất và thông minh nhất. Chúng ta vận dụng càng nhiều tình yêu thương thì càng nhanh chóng đạt được mục tiêu của mình.

Nếu bạn được chọn lựa giữa 2 cách: một là đạt được mục tiêu tối đa, hai là đạt được mục tiêu với sự đối kháng tối thiểu, nếu bạn thông minh bạn hãy quyết định chọn cho mình cách thứ hai. Tình yêu thương không sản sinh ra sự đối kháng và vì thế đưa ta tới mục tiêu nhanh nhất. Tất cả mọi thứ khác đều lãng phí công sức do những tổn thất cọ xát. Quan điểm kinh tế

cũng luôn ủng hộ những quyết định trên tình yêu thương.

Tình yêu là thứ quyền lực mạnh nhất. Trong thực tế nhiều người lại ưa thích tranh cãi. Chúng ta thường nghĩ rằng, đấu tranh dẫn đến mục tiêu nhanh nhất, vì nó gây được dư luận ầm ỹ. Đấu tranh có vẻ như thô bạo và vì thế nó có hiệu quả hơn. Nó làm chúng ta ngộ nhận sức mạnh của nó. Nhưng trong mọi trường hợp, đấu tranh chỉ giải quyết tạm thời các vấn đề. Về lâu dài nó chỉ làm phát sinh những vấn đề mới. Không có gì đơn giản hơn và hiệu quả hơn là tình yêu thương. Bởi vì, với một giọt mật ong người ta bắt được nhiều ong hơn là với một bình mật gấu.

THỰC TIỄN

Một bác sĩ làm cho bệnh nhân cảm thấy ông rất quan tâm tới họ sẽ dễ dàng chinh phục được lòng tin của bệnh nhân và điều đó giúp ích rất nhiều trong việc điều trị. Trong kinh doanh, bằng cách đó bạn cũng nhanh chóng thành đạt. Trong lãnh đạo thì sự thông cảm của các cộng sự là nền tảng. Bố mẹ nếu thường tỏ ra yêu thương con cái thì càng dễ dàng dạy dỗ chúng. Chỉ có tình yêu thương và sự sẻ chia mới xây dựng được một lòng tin bền lâu. Cái đó là cần

thiết cho con người để làm nền tảng cho mọi hoạt động của mình.

Tuy nhiên, mặc dù không ít người có thiện chí làm việc đó, họ lại không biết làm thế nào để có thể chuyển tải được tình yêu thương. Chắc bạn cũng biết câu tục ngữ: "Thương người như thể thương thân", câu tục ngữ đó đã phát huy tác dụng rất tốt.

Nhưng có một mặt trái của vấn đề. Vì con người thì rất khác nhau, nên nguyện vọng và nhu cầu của người khác không giống của chúng ta. Chúng ta không được phép lấy sự đánh giá chủ quan của mình làm thước đo cho sự xử lý của chúng ta. Vì vậy bí quyết 18 mới được gọi là: *"Hãy cho người khác những gì họ cần"*. Chúng ta nên đối xử với những người khác như họ muốn được đối xử. Chúng ta không được phép xúc phạm người khác. Điều cần thiết ở đây là hiểu đúng về họ.

Mỗi người thường xuyên phát đi những tín hiệu về nhu cầu và nguyện vọng của mình. Nghệ thuật là ở chỗ, bắt đúng tín hiệu và giải mã nó. Chỉ lúc đó chúng ta mới có thể đối xử với những người khác một cách tốt nhất. Trường hợp tối ưu là không phát sinh tranh chấp.

Chúng ta hãy hình dung quan hệ đối với người khác như một tài khoản ở ngân hàng. Nếu tài khoản đã vượt chi và có một chứng từ

thanh toán bất ngờ gửi đến, vậy là chúng ta có vấn đề. Nhưng nếu trong tài khoản số dư dương thì việc chi trả không có vấn đề gì cả. Vì vậy ta nên thường xuyên cố gắng có khoản dự trữ chi trả trong "tài khoản quan hệ". Theo cách hình dung này thì số dư càng nhiều thì mối quan hệ càng trở nên hoà hợp.

24 QUI TẮC VÀNG

Những quy tắc dưới đây chỉ đạo chúng ta mang lại những gì họ cần thiết. Mỗi khi chúng ta vận dụng nó là mỗi lần chúng ta tăng thêm số dư trong "tài khoản quan hệ" của chúng ta.

1. Bạn hãy khích lệ người khác mỗi khi bạn có thể. Bạn hãy khen ngợi thành quả của họ, ngay cả khi những thành quả ấy hãy còn ít ỏi. Lời khen giống như tia nắng mặt trời. Không có nó chúng ta không thể sinh trưởng. Chẳng bao giờ lời khen lại quá nhiều cả.

2. Luôn luôn tạo điều kiện cho người khác giữ thể diện. Bạn chớ làm họ phải trớ trêu. Bạn đừng bao giờ trù dập ai. Hãy châm chước những khuyết điểm.

3. Bạn không chỉ nói tốt sau lưng người khác về họ mà ngay cả trước mặt họ. Nếu bạn không thấy gì tốt ở anh ta thì hãy im lặng.

4. Hãy để ý quan sát người khác. Như vậy

bạn mới ghi nhận những gì anh ta làm tốt. Về sau khi bạn khen ngợi, bạn mới có cơ sở chuẩn xác, có như vậy lời khen ngợi mới chân thành, không nịnh bợ.

5. Hãy động viên thường xuyên những phẩm chất và ý tưởng quý giá của người khác. Mọi người đều muốn tỏ ra cao thượng và vô tư. Nếu bạn muốn ai đó tốt lên thì bạn làm như thể anh ta đã có những tính chất đó. Anh ta sẽ tự phấn đấu để bạn không thất vọng.

6. Hãy hạn chế phê bình và tốt nhất là phê bình gián tiếp. Bạn đừng chỉ trích cá nhân mà nhằm vào hành động. Bạn hãy thể hiện cho người khác thấy rằng, bạn thực lòng muốn giúp đỡ anh ta. Đừng bao giờ phê bình bằng giấy mực.

7. Bạn hãy tạo điều kiện cho người khác cảm thấy vai vế của họ. Bạn chớ khoe khoang mà hãy khiêm tốn. Nếu bạn muốn trở thành kẻ thù, hãy châm chọc người khác, nếu bạn muốn trở thành bè bạn hãy để cho người khác châm chọc mình.

8. Nếu bạn phạm khuyết điểm, bạn hãy xin thứ lỗi. Nếu bạn phải đón nhận sự quở trách, thì tốt nhất bạn hãy ân cần niềm nở với người khác khi nhận lỗi về phía mình.

9. Bạn hãy đề xuất thay vì ra lệnh. Như vậy bạn sẽ thúc đẩy được sự hợp tác, mà không có sự khiêu khích chống đối nào.

10. Bạn hãy cư xử với sự tức giận của người khác cùng sự cảm thông. Sự tức giận của người khác thường chỉ là tiếng gào khẩn cầu sự quan tâm. Bạn hãy đồng cảm và quan tâm tới người khác, vì đấy là cái họ cần.

11. Bạn hãy nói càng ít càng tốt. Bạn hãy cho người khác một cơ hội để giãi bầy. Hãy là một thính giả tâm huyết.

12. Bạn hãy để cho người khác tin rằng ý tưởng xuất phát từ anh ta. Một ý tưởng tốt thì ai là người sở hữu mà chẳng được. Mỗi người ai cũng thích tin rằng mọi việc đã được làm theo ý tưởng chủ quan của anh ta. Biển cả còn biết hạ mình thấp hơn.

13. Bạn đừng ngắt lời người khác. Ngay cả khi bạn nghĩ rằng anh ta nói sai. Anh ta sẽ không lắng nghe bạn, chừng nào anh ta còn đôi điều tâm sự chưa được nói ra.

14. Bạn hãy tìm cách để hiểu sự việc từ quan điểm của người khác. Thổ dân da đỏ nói rằng: "Trước tiên hãy đi một dặm bằng đôi giày của người khác". Bạn phải luôn tự hỏi mình: Cái gì là nguyên nhân hành động của anh ta? Thông hiểu tất cả đồng nghĩa với tha thứ tất cả.

15. Bạn đừng bao giờ cố gắng giành lẽ phải về phía mình. Bạn hãy thông minh hơn, nhưng bạn đừng nói điều đó với người đối thoại. Bạn hãy thừa nhận rằng mình có thể nhầm lẫn. Điều đó làm cho mọi cuộc tranh cãi không thể xảy ra.

16. Thỉnh thoảng bạn nên tặng quà mà không cần nhân dịp gì cả? Tài tháo vát về khoản quà cáp chứng tỏ bạn đã rất quan tâm tới người khác.

17. Khi có sự bất đồng, bạn hãy trấn tĩnh, trước tiên hãy thành thật lắng nghe. Bạn hãy tìm những điểm đôi bên cùng nhất trí. Hãy tự phê bình. Hãy hứa sẽ suy nghĩ thêm về việc đó và cám ơn về sự quan tâm.

18. Bạn hãy quan tâm thành thực đến người khác. Coi đấy là phương châm hành động. Bạn hãy chứng tỏ rằng bạn đang nghĩ cách làm thế nào để có thể giúp đỡ anh ấy.

19. Bạn hãy mỉm cười. Không có ai lại cần nụ cười như người đã dàn xếp ổn thỏa mọi việc với người khác.

20. Bạn hãy xưng hô với người khác với họ tên đầy đủ, kể cả học hàm, học vị, danh hiệu, chức danh... Điều đó biểu lộ sự kính trọng. Mỗi người đều thích nghe tên của mình. Tất nhiên bạn phải chú ý xưng hô đúng quý danh.

21. Bạn hãy học cách nhìn nhận vấn đề từ góc độ của người khác. Hãy tự hỏi: Thực sự anh ta cần cái gì? Làm thế nào để tạo thuận lợi cho anh ta?

22. Bạn hãy quan tâm để mọi câu chuyện, ngay cả trên điện thoại, đem lại cho người khác một tình cảm tốt đẹp hơn: thứ nhất đối với bản thân họ, thứ hai đối với những dự định của bạn

và thứ ba đối với bản thân bạn.

23. Bạn hãy tha thứ nhanh chóng. Đừng bao giờ là người hay hiềm thù, để bụng.

24. Gửi lời chúc mừng tốt đẹp nhất tới người khác, khi bạn nhớ tới họ.

Tất nhiên, chúng ta không thể chóng vánh tinh thông tất cả các quy tắc này. Hình như cũng chẳng mấy ai luôn thực hiện được nó. Nhưng thật có ý nghĩa nếu chúng ta luôn cố gắng tiếp cận tối đa những ý tưởng này.

24 quy tắc này không đặt điều kiện là bạn phải thương yêu một người nào đấy. Nó liên quan tới những hành động nhằm tăng cường một tình cảm đã có, nhưng phần lớn nó đánh thức những tình cảm mới. Nền tảng cần thiết cho 24 quy tắc vàng là lòng khoan dung. Khi chúng ta quan tâm đến một con người và cố gắng để cảm thông với anh ta càng nhiều bao nhiêu, thì chúng ta càng trở nên bao dung hơn bấy nhiêu.

Một số người lợi dụng một vài quy tắc này để đạt được mục tiêu của mình. Điều đó không phải là điều cơ bản. Vì như vậy họ chẳng làm được cho mình và cho người khác điều gì tốt đẹp về lâu dài, nếu không muốn nói "ăn xổi ở thì". Ở đây không liên quan đến chuyện trang điểm bộ mặt. Khi cây cối tàn úa người ta không bôi xanh cho nó để nó dễ coi hơn, mà ngược lại phải chăm sóc và tưới táp cho nó. 24 quy tắc

muốn giúp bạn biết "cho người khác những gì mà họ cần".

CHÚNG TA NHÌN THẾ GIỚI DƯỚI GÓC ĐỘ CỦA MÌNH

Nếu chúng ta thường xuyên quở trách người khác và sa vào vòng vây của những người tức giận, thì chắc rằng nguyên nhân không phải là do người khác mà là do chúng ta. Không có một hiện thực khách quan, nếu chúng ta luôn chụp mũ cho người khác. Chúng ta hay "suy bụng ta ra bụng người".

Có ba cách để đánh giá những người khác với lòng khoan dung và tình yêu thương:

* **Thứ nhất:** Bản thân chúng ta phải trong sáng. Chỉ khi chúng ta ưa chuộng chúng ta, chúng ta mới có thể ưa chuộng người khác.

* **Thứ hai:** Chúng ta không được quyền "mổ xẻ" người khác quá đáng. Ai tách bông hoa ra từng mảnh, người đó phá huỷ vẻ đẹp của nó.

* **Thứ ba:** Nên chú trọng vào cái tốt, cái đẹp. Nhiều người rất thích nói xấu người khác. Vậy nên họ đánh giá người khác quá nghiêm khắc.

Ai hay nói xấu người khác, thường hay chú trọng vào khuyết điểm và yếu điểm của người khác, cho nên thế giới đối với họ trở

thành một nơi đầy sai lầm và khiếm khuyết. Ngược lại, nếu ta tìm kiếm cái tốt trong người khác, chúng ta sẽ thấy nó và qua đó nhìn thế giới dễ chịu hơn nhiều.

CHÚNG TA NÊN LÀM GÌ KHI BỊ QUỞ TRÁCH

Một vị sư phụ có tuổi đã quyết định từ nay không tranh đấu nữa. Mặc dù vậy, ông vẫn bị một tay hiếu chiến trẻ tuổi kích động. Vị sư phụ cứ ngồi im không phản ứng gì nhưng tay hiếu chiến vẫn tìm cách khiêu khích ông. Hắn ta ra sức xúc phạm ông và các bậc tiền bối rất dữ dội. Vị sư phụ nọ kiên trì chịu đựng mọi quở trách, phỉ báng, cuối cùng tay hiếu chiến trẻ tuổi đành thất vọng bỏ đi. Những học trò của vị sư phụ không thể hiểu tại sao thầy đã không tự vệ, thậm chí họ còn lấy làm xấu hổ với thầy mình. Sau đấy sư phụ bèn hỏi: "Nếu ai đó muốn biếu các anh một món quà và các anh không nhận nó, vậy nó thuộc về ai?"

Các học trò đáp rằng: "Tất nhiên bao giờ nó cũng thuộc về người muốn trao tặng nó". Vị sư phụ nói tiếp: "Với tính ghen tị, cơn thịnh nộ và lòng hận thù cũng vậy thôi. Nếu chúng ta không nhận nó, thì nó là của người khác". Một mối quan hệ sẽ tồn tại bền vững và thịnh vượng nếu đôi bên cùng thực hiện cho người khác

những gì họ cần thiết. Nhưng cũng có những người không sẵn sàng làm điều đó. Trong trường hợp như vậy đúng ra là phải tự rút lui khỏi đối tác. Bí quyết này không nói rằng bạn nên hy sinh một cách vô nghĩa. Tất nhiên sẽ là tốt hơn nếu bạn cố gắng duy trì lâu hơn một chút còn hơn là đầu hàng quá sớm.

Đôi khi chúng ta thấy thành viên trong gia đình không được đối xử kính trọng và quan tâm như người ngoài. Điều đó chẳng ai mong muốn. Chúng ta đừng quên rằng chúng ta nên cho tất cả mọi người những gì họ cần. Đương nhiên điều đó đặc biệt lại càng đúng đối với những người mà ta yêu mến nhất.

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ cải thiện khả năng của tôi là biết cho người khác những gì họ cần, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau đây:

1. Hôm nay tôi khẳng định lại cho mình một lần nữa rằng tình thương yêu là khả năng thông minh nhất và tiết kiệm sức lực nhất để tồn tại. Bởi vậy hôm nay tôi quyết định cho người ta những gì họ cần thiết.

2. Tôi kiểm tra tình trạng "tài khoản quan hệ" với năm người quan trọng nhất trong đời sống của tôi như thế nào? Tôi tự hỏi hôm nay tôi có thể làm gì để dự phòng "khoản chi trả".

3. Hôm nay tôi sống theo các quy tắc vàng. Tôi biết rằng nếu tôi muốn biến những quy tắc vàng thành một bộ phận của cuộc sống thì tôi phải thường xuyên đọc nó. Vì thế tôi sẽ photocopy những quy tắc vàng và treo nó lên trong phòng, đồng thời luôn mang theo người. Tôi đọc nó hôm nay trước mỗi cuộc tiếp khách quan trọng.

4. Tôi ghi chép ngắn gọn nhận xét của tôi đối với một số nhân vật. Ai sống theo quy tắc vàng một thời gian lâu sẽ cảm thấy mình thay đổi. Người ta bắt đầu chân thành yêu thương mọi người hơn. Quy tắc vàng đã trở thành lợi ích cá nhân và nhu cầu nội tâm.

5. Nếu tôi sống trong hiệp hội hoặc công ty, thì hôm nay sẽ đi chơi với một thành viên. Khi đi chơi tôi sẽ ứng xử một cách ân cần, lịch sự và dễ thương như khi tôi đi chơi lần đầu với nhân vật này. Tôi sẽ tạo ra một "khoảnh khắc thần tiên".

BÍ QUYẾT 19
ĐỪNG ĐỂ MÌNH BỊ PHÂN TÂM

Tom và Sam cùng bắt đầu làm việc theo hợp đồng cho một hãng mới thành lập. Tom là một người năng động. Chàng trai độc thân này xem ra hay gặp chuyện rủi ro. Khi thì chiếc xe hơi cũ của anh không nổ được máy, lúc thì đánh mất chứng minh thư và phải nhanh chóng lo làm một cái mới. Một lần khác đường ống nước trong tầng hầm bị vỡ, anh ta phải chữa chạy mọi thứ trong tầng hầm. Sam, ngược lại, là một chàng trai trầm lặng. Anh ta mê các chương trình phim truyền hình. Anh ta cố ý đặt ra cho mình ít công việc hơn khả năng anh ta có thể, vì anh ta không muốn nhỡ mất tập tiếp theo của bộ phim anh ta đang khoái.

Sau một vài tháng, ông trưởng phòng nhân sự cho Sam thôi việc. Anh ta chấp nhận quyết định thôi việc mà chẳng hề phản đối. Nhưng ông cũng thải hồi cả Tom. Anh ta đã kịch liệt phản đối: "Ông không thể ném tôi cùng thằng Sam lười như hủi vào sọt rác được.

Rốt cuộc tôi vẫn là thằng sẵn sàng làm việc như trâu. Chẳng qua tôi chỉ là một nạn nhân của sự rủi ro".

Ông trưởng phòng nhân sự đáp rằng: "Tôi là người chịu trách nhiệm về sự sống còn của hãng. Nếu chúng ta không đạt được các mục tiêu, chúng ta làm thiệt hại đến toàn hãng và như vậy là đe doạ đến công ăn việc làm của tất cả những công nhân khác. Ở góc độ này thì dù anh có lý do hoặc không có lý do để không hoàn thành nhiệm vụ đều như nhau. Cuối cùng chỉ còn một tiêu chuẩn được tính đến đấy là kết quả công việc."

****

Để thực sự thành công trong công việc, chúng ta phải tập trung sức lực và toàn bộ sự chú ý của chúng ta vào một công việc duy nhất. Sự tập trung này ở nhiều người rất khó khăn, vì họ rất dễ bị phân tâm bởi nhiều nguyên nhân. Một sự kiện thể thao, những vấn đề thời sự, một sự cố đời tư, cuộc tranh cãi với đối tác..., và thậm chí cả thời tiết. Một số người không thể làm việc có hiệu quả, khi bên ngoài trời mưa vì "thời tiết ảm đạm làm se lòng người". Mặt khác, cũng chính họ mong mọi người thông cảm rằng, khi thời tiết đẹp họ không thể thực sự tập trung vào công việc.

Chúng ta có thể bị phân tâm bởi sự nhận định và cách suy nghĩ của chúng ta. Nếu bạn ngay từ trưa đã ngừng làm việc, vì bạn đang lo chạy "chân ngoài" một phi vụ kha khá, thì bạn bị phân tâm như khi bạn thất vọng vì chính những phi vụ ấy đổ bể.

LỜI BÀO CHỮA CÀNG KỊCH TÍNH THÌ LÒNG TỰ ÁI CÀNG LỚN HƠN

Mối nguy hiểm đích thực của sự phân tâm là chúng ta hay lợi dụng nó để bào chữa một cách khéo léo cho sự yếu kém trong sự cố gắng và kết quả công việc. Một số người mất rất nhiều công sức để tìm cách bào chữa "tuyệt vời". Họ muốn được yên thân cho dù không hoàn thành nhiệm vụ. Người thành đạt ngược lại dùng năng lực của mình để hoàn thành nhiệm vụ. Họ muốn tự hào về những thành quả của họ. Chỉ có kết quả là đáng kể, chứ không phải lời bào chữa. Những người thành đạt luôn thành công cho dù có bị phân tâm.

Chúng ta thường cảm thấy dễ chịu khi nghe những lời bào chữa được thêu dệt. Chúng nghe ra có vẻ hay ho. Dù cho chúng ta không làm việc, vì bên ngoài bão tuyết gào thét hoặc vì chúng ta đơn giản là thích xem truyền hình. Kết quả là như nhau. Dù bạn có bị động, vì xe

bạn gặp bão, rồi phải đi qua vùng động đất, tiếp đấy lại còn thấy chú cừu chết trên đường và tất nhiên phải mang nó đi chôn và cuối cùng xe bạn chết dí trên đoạn đường mới rải nhựa... Hoặc bạn nằm bẹp ở nhà đơn giản chỉ vì không có hứng thú làm việc. Kết quả là như nhau. Tất cả mọi sự phân tâm đều giống nhau vì đều hạn chế kết quả công việc. Vấn đề đặc biệt ở những lời bào chữa có kịch tính là lòng tự ái nổi lên trong chúng ta.

Tất nhiên chúng ta thích đưa nguyên nhân gặp bão và hỏng xe để bào chữa hơn. Bạn hãy nhớ rằng: ý nghĩa của một lời bào chữa là lái sự chú ý khỏi chúng ta để hướng vào một việc gì khác hoặc một người nào khác. Chúng ta chỉ là nạn nhân của hoàn cảnh đó, khi đành phải bó tay. Chúng ta tìm kiếm lời chia buồn và sự cảm thông thay vì sự kính trọng và việc công nhận. Chúng ta có toàn quyền quyết định, hoặc để mình bị phân tâm hoặc chúng ta đạt được mục tiêu. Bạn sẽ đánh giá thế nào về một con người khi họ trả lời câu hỏi: "Anh đã làm gì trong năm năm lại đây?" như sau: "Tôi hoàn toàn bận rộn vào những việc phát sinh không đâu vào đâu".

Ai dùng thời gian chủ yếu vào những việc phân tâm như vậy người đó vẫn sống qua ngày, nhưng anh ta chưa bao giờ kiểm soát được cuộc sống của mình. Ngược lại người nào hướng vào

mục tiêu và không để mình bị phân tâm, người ấy mới là người thiết kế nên cuộc sống của mình.

Trong cuộc sống, nếu chúng ta biết tập trung vào đâu thì ở đó khắc có sự tăng trưởng. Khi chúng ta hoàn thành nhiệm vụ điều đó sẽ tác động đến chúng ta. Khi chúng ta thường xuyên bị phân tâm, điều đó cũng sẽ tác động đến chúng ta. Những ai coi trọng các hoàn cảnh bất ngờ xảy đến, chắc hẳn chẳng mấy ngạc nhiên, khi thấy cuộc sống của mình ngổn ngang những điều bất hạnh. Cuộc đời của một số người dường như chỉ là một cuộc bào chữa.

XỬ LÝ PHÂN TÂM TRONG THỰC TIỄN

Gớt* từng nói: *"Một điều bạn luôn có thể đoán trước là điều không thể thấy trước được"*. Luôn luôn có thể xuất hiện sự phân tâm. Chúng ta cần học cách để xử lý nó. Hầu hết mọi sự phân tâm khi mới xuất hiện quan trọng hơn nhiều so với thực chất sự việc. Nhiều việc chúng ta có thể làm ngơ!

Những việc khác chúng ta có thể tạm quên đi chốc lát. Nghĩa là chúng ta có thể quan tâm đến các việc đó muộn hơn khi đã bình tĩnh, như sau khi làm việc về. Nhưng những việc khác đòi hỏi ngay sự quan tâm của chúng ta và

cần được xử lý ngay. Vì vậy, chúng ta luôn phải đoán trước những việc phân tâm khẩn cấp, "chưa bao giờ từng có".

Bạn nghĩ gì về một lái xe taxi, anh ta mùa đông nào cũng có vài lần không chạy nổi xe của mình, vì anh ta còn chạy xe với bộ lốp mùa hè? Bạn sẽ nói rằng: "Nhẽ ra anh ta phải có kế hoạch trước". Cũng giống như tuyết chỉ rơi trong mùa đông ở một số vùng nhất định, thì cũng có một số việc phân tâm không nhất thiết phải xuất hiện, nếu chúng ta có kế hoạch đối phó. Tất nhiên người ta không thể lường trước được mọi chuyện bất ngờ xảy ra. Đôi khi có những việc nước sôi, lửa bỏng và ta phải hành động ngay. Có lẽ những việc như vậy xảy ra hàng tuần thậm chí hàng ngày. Sự khôn ngoan là ở chỗ thay vì để cho việc phân tâm phá vỡ kế hoạch, thì lại bố trí việc phân tâm vào trong kế hoạch. Đúng theo quy luật: bạn có thể lệ thuộc vào những việc phân tâm hoặc những việc phân tâm có thể phụ thuộc vào bạn.

Bạn hãy đưa vào chương trình làm việc hàng ngày tốt nhất một thời gian cố định dành cho việc phân tâm, ít nhất là 2 tiếng một ngày. Mỗi khi việc phân tâm xuất hiện bạn thực hiện vô tư đúng theo kế hoạch. Và nếu không có vấn đề gì xuất hiện, thì bạn có thời gian đặc biệt.

Nhưng không bao giờ bạn cho phép việc phân tâm làm ảnh hưởng tới những kết quả của

bạn đã hoạch định. Tương tự như vậy bạn có thể cứ 14 ngày thì dành một ngày cho những việc phân tâm. Ba đến năm ngày trong nửa năm. Và chừng nào bạn không thể kham nổi, thì bạn hãy phân công cho ai đó chuyên trách giải quyết những công việc phân tâm của bạn.

(Johann Wolfgang Goethe (1749 -1832) nhà đại văn hào Đức, nhà viết kịch, nhà khoa học, nhà triết học, chính khách thế kỷ XVIII - XIX - BT).*

LÀM THẾ NÀO CÓ THỂ LỢI DỤNG VIỆC PHÂN TÂM

Bạn có biết tình huống: bạn đang làm việc và có ai đó đến ngồi trong phòng làm việc của bạn? Có lẽ bạn cũng sẽ khó chịu về việc đó. Nhưng chúng ta có nên hạ nhục mọi người vì đã "làm gián đoạn" công việc của ta không? có nên coi người không bằng công việc tập trung của mình không? Nếu như ai đó,

Vì buồn chán, chỉ muốn ghé qua và tán gẫu, thì anh ta chỉ làm mất thời gian của mình. Nhưng nếu con gái của bạn đến vì một vấn đề quan trọng của nó thì chắc hẳn nó được ưu tiên. Nếu bạn giỏi thu xếp công việc, bạn có thể ngồi với con gái một lát, mà chẳng ảnh hưởng gì đến công việc. Thậm chí từ việc "phân tâm" này bạn lại thấy khoan khoái tiếp tục công việc. Sau đấy

bạn lại ngồi vào bàn và suy nghĩ xem mình đang làm gì, trước lúc con gái bước vào phòng.

Chúng ta sẽ chẳng bao giờ có thể tránh được hoàn toàn việc phân tâm và cũng chẳng muốn có việc phân tâm. Nhưng chúng ta có thể lợi dụng nó. Nó có thể biến thành tín hiệu nhắc nhở chúng ta: "Đã đến lúc cần kiểm tra nhanh". Mình có đang làm việc tuyệt vời hay không? Bạn có thể đặt ra các câu hỏi sau:

1. Mình có sử dụng thời gian tối ưu không?

2. Mình có quán xuyến hết công việc hoặc mình đang giải quyết những công việc chiến lược hay không?

3. Mình có thể sử dụng thời gian hiệu quả hơn theo nhân sinh quan của mình không?

Sự phân tâm có một vị trí khá quan trọng trong đời sống của những người thành đạt. Họ xử lý thông minh với mọi việc phân tâm và dành thời gian cho nó. Nhưng họ không để cho mình bị lôi kéo vào việc lạm dụng những phân tâm làm việc bào chữa. Họ đạt được thành tựu ở mọi mục tiêu, mặc tất cả mọi phân tâm.

Thực hành:

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

1. Hôm nay tôi sẽ không sử dụng lời bào

chữa. Tôi muốn tự chủ cuộc sống của mình, không là quả bóng cho người khác đá. Lạm dụng lời bào chữa khác nào đánh mất quyền tự chủ của mình trong mọi hoàn cảnh và đối với mọi người khác. Tôi muốn sử dụng năng lực của mình vào việc hoàn thành nhiệm vụ chứ không phải để tìm cách bào chữa.

2. Tôi sẽ không để cho sự phân tâm lôi kéo mình bó tay trước những mục tiêu của mình. Hôm nay tôi sẽ tiến hành những hoạt động mà tôi đã hoạch định.

3. Vì tôi luôn có thể dự đoán những việc phân tâm bất ngờ xẩy đến nên hôm nay tôi sẽ giành thời gian nhất định cho những việc như vậy. Có như vậy tôi mới không bị lệ thuộc vào những phân tâm, mà buộc mọi sự phân tâm phụ thuộc vào mình.

4. Nếu một việc phân tâm bất ngờ xảy đến, thì tôi sẽ tận dụng nó làm cơ hội để thực hiện việc kiểm tra nhanh. Tôi tự hỏi liệu mình có đang sử dụng thời gian tối ưu không?

BÍ QUYẾT 20
HÃY GƯƠNG MẪU TRONG SẢN XUẤT

Một thiếu phụ đến với Gandhi* và yêu cầu ông: ông có thể làm cho con trai bà tin rằng người ta không nên ăn nhiều đường hay không. Bà tin tưởng rằng lời nói của đại nhân sẽ có trọng lượng hơn lời của bà ta. Gandhi đáp rằng: ông phải chuẩn bị cho nhiệm vụ này 3 tháng.

Ba tháng sau, người thiếu phụ cùng con trai của mình đến chỗ Gandhi, ông giải thích cho đứa trẻ bằng những lời mộc mạc rằng sẽ tốt hơn nếu nó không ăn nhiều đường, rằng đường không tốt cho sức khoẻ, nếu nó thường xuyên hạn chế ăn đường thì chắc chắn nó còn to hơn, khỏe hơn bây giờ. Đứa trẻ lập tức đồng ý.

Thiếu phụ bèn kéo Gandhi ra chỗ khác để tìm hiểu xem tại sao ông ta phải chuẩn bị 3 tháng cho mỗi việc giải thích đơn giản như vậy. Gandhi đáp rằng: *"Để chứng minh được điều đó, bản thân tôi trước tiên phải hạn chế đường 3 tháng. Chỉ có như vậy tôi mới có thể thuyết phục được con trai bà cũng làm như vậy".*

Tất cả những gì mình nói đều có trọng lượng hơn, nếu chúng ta sống theo những điều đã nói. Những gì chúng ta giải thích cho người khác, chúng ta có thể đánh giá qua sự hồi âm do họ được thức tỉnh. Abraham Lincoln từng nói: *"Cái anh làm rõ ràng làm tôi không thể nghe theo lời anh"*. Khi hầu hết mọi người không tin vào lời chúng ta, điều đó không hẳn do những người khác, mà chắc hẳn là do bản thân chúng ta. Có khả năng chúng ta rơi vào một trong bốn cạm bẫy dưới đây:

1. Cạm bẫy thứ 1: Thích làm quản lý mà không trực tiếp sản xuất

Mỗi người và mỗi lực lượng lãnh đạo tồn tại ở một trong bốn giai đoạn quản lý như sau:

Giai đoạn sản xuất:

Nhiều người lúc đầu rất "sản xuất" theo đúng nghĩa đen của từ ngữ. Họ cống hiến chủ yếu thời gian của mình cho việc sản xuất ra sản phẩm. Chừng nào chúng ta còn ở trong giây chuyền sản xuất chúng ta còn làm ra tiền.

Chỉ có chừng nào chúng ta trực tiếp tham gia sản xuất, chúng ta mới có thể tự tin nói về các mục tiêu trong tương lai của chúng ta.

Giai đoạn quản lý:

Khi một tập thể độc lập nhận thức được rằng họ không kham nổi công việc một mình,

họ tìm đối tác và nhân viên. Phần lớn thời gian của họ bây giờ được dùng vào việc động viên và giúp đỡ người khác. Thay vì trực tiếp sản xuất, bây giờ họ thúc đẩy người khác sản xuất. Vấn đề không phải là việc bước vào giai đoạn quản lý, mà ở đây là vấn đề rời bỏ giai đoạn trực tiếp sản xuất. Và ai đó chỉ còn vai trò "quan trọng", nhưng bản thân không sản xuất gì cả, sẽ nhanh chóng bị coi thường.

Giai đoạn giám sát:

Chúng ta trở thành người giám sát lực lượng quản lý. Điều đó xảy ra tuần tự như sau: những cộng sự và nhân viên làm theo cách thức của sếp. Sau khi những cộng sự mới được tuyển dụng, những "người cũ" mặc nhiên công nhận nhiệm vụ của họ là kèm cặp và khích lệ những người tập sự. Điều đó hẳn còn là tốt, chừng nào sức sản xuất của bản thân họ chưa giảm sút. Dù sao mọi việc vẫn thường diễn biến, vì mỗi người đều cảm thấy mình trở nên quan trọng: người quản lý trước kia chỉ còn cần giám sát những người quản lý mới, mặt khác những người này lại giám sát những người trực tiếp sản xuất. Công việc sản xuất cứ thế mà tiếp diễn, nó không tăng trưởng tỷ lệ với số người mới tuyển dụng.

Giai đoạn tổng giám sát:

Cộng tác viên mới tiếp tục được tuyển dụng. Những biên chế trực tiếp sản xuất trở thành người quản lý. Người quản lý trở thành người giám sát và người giám sát trở thành người tổng giám sát. Họ đã đạt đến đỉnh cao của "hình chóp quản lý" và bây giờ có vai trò hết sức quan trọng. Họ chỉ cần đánh giá, đôn đốc và tổng hợp. Người tổng giám sát cuối cùng chỉ phải chăm lo sao cho các giám định viên quán xuyến được đội ngũ các cấp quản lý để họ chăm lo duy trì trật tự của những người trực tiếp sản xuất. Bạn sẽ ngạc nhiên thấy các doanh nhân nhanh chóng thành đạt như thế nào trong các trường hợp trên.

Nguyên nhân lúc nào cũng giống nhau, đó là con người có khuynh hướng chứng minh vai trò quan trọng của mình bằng cương vị của họ chứ không bằng hoạt động sản xuất. Nhưng uy tín được xây dựng qua hành động chứ không qua cương vị. Nếu chúng ta muốn nhóm bếp, chúng ta phải kiếm củi. Nếu chúng ta muốn còn được tin cậy, chúng ta phải trực tiếp tham gia sản xuất.

2. Cạm bẫy thứ 2: Trở thành con người công thần

Một số người chỉ còn biết sống với quá khứ. Họ là cái bóng của quá khứ. Chúng ta hãy

đề phòng đừng để chúng ta trở về với con người dĩ vãng. Cái mà trong nghề nghiệp chúng ta vẫn thường làm là đều đặn phải trực tiếp tham gia sản xuất và lấy kết quả làm thước đo, nếu chúng ta còn muốn được kính trọng. Mỗi nghề nghiệp có những quy luật và chu trình riêng của nó. Dù chu kỳ ngắn dài thế nào, chúng ta cũng phải tuân theo.

Một nghệ nhân có lẽ chỉ cần 2 năm một lần để đưa ra một tác phẩm mới. Một nhà phẫu thuật có thể tạm ngưng công việc trong vòng một năm, nhưng rồi anh ta phải quay lại bàn mổ. Trong nhiều ngành, chu kỳ của thương nhân thường rất ngắn. Chúng ta cần phán xét một thương nhân, người đã nhiều năm thành đạt trong việc kinh doanh, nhưng vài tháng trở lại đây làm ăn thua lỗ.

3. Cạm bẫy thứ 3: Trở thành người ảo tưởng

Thật đáng hoài nghi, khi người nào đó khoa trương nói về những kế hoạch trong tương lai nhằm gây ấn tượng như mọi việc đã an bài. Một số tên lừa bịp rất khéo léo ba hoa về những điều còn muốn làm với một việc đã làm, để cho người ta có cảm giác như đang đứng trước những người thành đạt. Sự thật là họ đang đứng trước những tay ba hoa.

Vinh quang phải được xây dựng trên cơ sở

những thành quả đã hoàn thành và tôn trọng thực tiễn. Tất nhiên một tập thể lãnh đạo giỏi cũng có khi ảo tưởng. Trong khi hầu hết mọi người chỉ nhìn thấy những việc trước mắt, thì đội ngũ lãnh đạo có thể hình dung được những việc như vậy sẽ xảy ra trong tương lai như thế nào. Nhưng họ phải có khả năng chuyển tải sự hứng khởi của họ tới những người khác để họ cũng quyết tâm giành lấy mục tiêu đó.

Muốn như vậy họ phải nhất quán. Người phát ngôn phải làm cho chúng ta tin cậy, khi chúng ta quan sát anh ta trong công việc. Anh ta phải gây được ấn tượng như thể kết quả đang đến gần. Đại ngôn không bao giờ có thể thay thế cho sự lao động miệt mài và những thành quả do lao động tạo nên.

4. Cạm bẫy thứ 4: Không còn gương mẫu

Nếu chúng ta thực sự có một dự án hấp dẫn mà không ảo tưởng, chúng ta sẽ luôn tập hợp được cộng tác viên, chỉ cần chúng ta đủ sức thuyết phục. Nhưng chẳng ai muốn theo một con người mất tư cách.

Bạn hãy tự chất vấn mình: Ở địa vị ta liệu ta có muốn đi theo một con người như ta? Bạn đã làm gì trong ba tháng trở lại đây? Bạn hãy nghĩ đến ý thức chấp hành kỷ luật và tinh thần làm việc của bạn? Bạn đã kiên trì đến mức

nào? Bạn đã thực hiện mục tiêu chuẩn xác đến đâu? Những gì đạt được từ những hứa hẹn của bạn trong quá khứ? Nếu bạn muốn thúc đẩy mọi người xung quanh làm việc nhiều hơn, thì bản thân bạn phải làm việc nhiều hơn. Bạn không thể "ngồi chơi xơi nước" ở nhà và "điều khiển từ xa" người khác. Không bao giờ bạn có thể hoàn thành những mục tiêu chiến lược, nếu như bạn rời bỏ thực tế sản xuất.

(Mahatman Gandhi (1869 - 1948), nhà lãnh đạo Ấn Độ trong phong trào đòi độc lập từ nước Anh cho nhân dân ấn Độ - BT).*

HÃY NGẠY BẤT NGỜ ĐỒNG NGHIỆP BẰNG NĂNG LỰC CỦA MÌNH

Ở đây liên quan tới việc chúng ta phải tiến hành nhiều hơn các hoạt động sản xuất kinh doanh có hiệu quả. Nếu bạn trở nên thành đạt, nhiệm vụ của bạn sẽ dịch chuyển và thay đổi. Nhưng bạn cần tiếp tục chứng minh rằng bạn có thể hoàn thành những nhiệm vụ cụ thể không kém gì các đồng nghiệp. Bạn hãy chứng tỏ cho họ thấy rằng: Phương pháp làm việc của bạn phát huy tác dụng tốt. Bạn hãy liên tục làm nhân viên của mình ngạc nhiên trước những ý tưởng mới của bạn, năng lực mới của bạn. Như thế người ta sẽ tin lời bạn, làm theo bạn.

Nhất cử nhất động của bạn dù tốt hay xấu sẽ luôn ảnh hưởng tới những việc làm của họ. Nếu bạn bị phân tâm, đồng nghiệp sẽ bị phân tâm. Nếu bạn có kỷ luật và luôn vì công việc, thì nhân viên của bạn cũng có kỷ luật và nghiêm túc trong công việc. Bạn làm việc chăm chỉ, thì nhân viên của bạn cũng chăm chỉ làm việc. Bạn đừng bao giờ ảo tưởng rằng bạn có thể đánh lừa đồng nghiệp về sự chăm chỉ của mình.

QUY TẮC 3 NGÀY

Chúng ta còn hiểu rất ít về chức năng bộ não cũng như tiềm thức của chúng ta. Ví dụ như chúng ta còn chưa có thể giải thích vì sao sự khích lệ và sự hứng khởi của chúng ta thường rất nhanh suy giảm. Nhưng may thay chúng ta còn biết có thể làm gì để chống lại sự suy giảm đó. Có một "mẹo" đơn giản để giữ sự hứng khởi ở mức độ cao đó là quy tắc 3 ngày. Quy tắc này nói rằng: cứ 3 ngày chúng ta cần có một thành quả phải chăng. Trong khuôn khổ của một dự án dài hơi nó có thể là một mục tiêu kỳ hạn hoặc một kết quả đơn lẻ. Nhiều người lãng phí thời gian vào những việc vụn vặt, nên không có niềm vui do kết quả công việc mang lại. Thay vì làm việc dàn trải, chúng ta nên tập trung vào một dự án độc nhất cho đến khi chúng ta ít

nhất cũng có được một kết quả từng mặt.

Trong phạm vi 3 ngày mà không có kết quả nào mang lại sự hứng khởi của chúng ta thường tụt xuống điểm "0". Chúng ta lại phải cố gắng nhiều để khôi phục trở lại. Chúng ta hãy hình dung hình ảnh đoàn tàu lớn. Nếu nó đang chạy với vận tốc lớn, nó sẽ quét sạch mọi chướng ngại vật trên đường.

Nếu bạn cứ 3 ngày đạt được ít nhất một kết quả, thì bạn cần hứng khởi. Bạn sẽ làm việc có hiệu quả nhất. Bạn được khích lệ tới lúc trở thành một điển hình.

QUY TẮC 3 NGÀY ĐỐI VỚI ĐỒNG NGHIỆP CỦA MÌNH

Để có thể duy trì sự khích lệ theo quán tính, mỗi đồng nghiệp của bạn cũng cần có một kết quả cứ 3 ngày một lần. Bạn hãy giải thích cho họ tác dụng của việc này. Hãy bố trí quá trình sản xuất sao cho đảm bảo thực hiện được quy tắc 3 ngày. Ngoài ra, cứ 3 ngày đồng nghiệp của bạn cần thiết có sự ủng hộ của bạn. ở đây, sự ủng hộ có thể là bất kỳ một sự cổ vũ, bất kỳ một hình thức động viên nào đó, một việc gì đó để chứng tỏ cho họ thấy họ không đơn độc mà họ có sự giúp đỡ của bạn.

Một cộng sự mới đang ở trong thời kỳ tập

sự chưa thể tự phấn đấu cứ trong vòng 3 ngày có một kết quả cụ thể. Nhưng cứ 3 ngày anh ta cần được khích lệ, động viên bằng nhiều cách khác nhau: một cuộc tiếp xúc cá nhân nhẹ nhàng, một sự hợp tác trong công việc, một gợi ý đọc một cuốn sách hay xem một cuộn băng video do bạn đề xuất. Có rất nhiều hình thức để khích lệ, động viên họ.

Để cứ 3 ngày theo cách này giúp đỡ và gây hưng phấn cho họ, thì bản thân bạn cũng phải nhiệt tình. Bản thân bạn cũng cần sự cổ vũ và hứng khởi. Và không có gì duy trì phong độ cho bạn bằng việc cứ 3 ngày bản thân gặt hái được một kết quả.

Không có gì có thể duy trì quán tính của bạn tốt bằng những kết quả chủ quan của mình, bất luận thành công trên lĩnh vực nào trong doanh nghiệp của bạn. Đội ngũ của bạn cũng cần được chia sẻ điều đó. Nếu chúng ta muốn đồng đội tiến nhanh hơn, thì bản thân chúng ta trước tiên phải tiến hành nhanh hơn.

ĐỪNG NHẦM LẪN VỀ NHỮNG KẾT QUẢ CỦA BẠN

Một mặt, cứ 3 ngày bạn cần có ít nhất là một kết quả. Mặt khác, những kết quả đó không hẳn đã chứng tỏ bạn đang thực sự làm việc tích

cực. Rất có thể bạn đang gặt hái lúc này những gì mà bạn đã gieo trồng từ những tuần trước đó. Những gì bạn làm tuần này, sang tuần sau mới thấy kết quả. Những gì bạn làm tháng này, sang tháng sau mới có kết quả. Những gì bạn làm trong mùa đông, sẽ được thanh toán trong mùa hè.

Những kết quả hôm nay bạn đạt được, không liên quan nhiều đến những cố gắng hôm nay của bạn. Nó là kết quả của những công việc trong quá khứ. Hôm nay những sự cố gắng của quá khứ được đền đáp. Thu nhập của bạn trong năm nay là kết quả tổng hợp từ những hoạt động của bạn trong những năm gần đây.

Bạn đừng nhầm lẫn về những kết quả của mình. Hãy luôn quan tâm đến những hoạt động của bạn và luôn gắn liền với sản xuất. Những người thành đạt không bao giờ xa rời sản xuất. Họ luôn ý thức được rằng bằng những hoạt động hôm nay họ đang xây dựng thực sự cho tương lai mai sau. Họ sống với lời nguyền. Luôn gắn bó với sản xuất và nêu gương cho mọi người.

Thực hành:

Hôm nay tôi rèn luyện khả năng gương mẫu trong sản xuất bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau đây:

1. Hôm nay tôi sẽ thu xếp để có thể xuống khâu trực tiếp sản xuất.

2. Tôi sẽ có chương trình hỗ trợ cho mình cứ 3 ngày đạt được một kết quả cụ thể. Từ hôm nay. Tôi duy trì quy tắc 3 ngày.

3. Để giúp đỡ nhân viên mới của tôi tối ưu, tôi sẽ bằng cách nào đấy động viên họ theo chu kỳ 3 ngày và sẽ tiếp xúc với họ. Sự hỗ trợ này cần thiết đối với cộng sự của tôi cho tới khi họ có thể tự lập sống theo quy tắc 3 ngày. Nhưng sau đó vẫn có lợi nếu tôi bằng cách nào đó giữ mối liên hệ với họ ít nhất là 3 ngày một lần.

4. Công tác lãnh đạo bằng sự nêu gương là một trong những nhiệm vụ quan trọng nhất của tôi. Tôi tự hỏi: Bản thân mình có muốn làm "sếp" hay không?

5. Hôm nay tôi sẽ nghiêm khắc kiểm tra mình có lăn lộn trong những thành quả quá khứ của mình hay là ẩn náu sau những viễn cảnh? Viễn cảnh là tốt, nhưng chúng phải được thực hiện bằng hành động.

BÍ QUYẾT 21

HÃY BẮT ĐẦU MỌI VIỆC QUAN TRỌNG NHANH NHẤT

Một người đi khám bệnh. Ông ta cảm thấy mệt mỏi, suy nhược. Gánh nặng của công việc hình như quá tải đối với ông ta. Thường xuyên trong đầu ông ta lúc nào cũng ngổn ngang, bộn bề công việc, những công việc ông ta còn phải hoàn tất. Hình như chẳng bao giờ hết việc. Điều làm ông đặc biệt băn khoăn là hầu như ông chẳng bao giờ có thời gian cho những việc trọng đại trong cuộc sống. Gần đây ông lại mắc bệnh đau dạ dày. Nó hành hạ ông hàng đêm mất ngủ và ban ngày thì hoàn toàn mệt mỏi. ông mất hết lòng tự tin và ngày càng suy nhược.

Người bác sĩ thông minh đã chẩn đoán nguyên nhân căn bệnh của ông là do cách ông ta quán xuyến cuộc sống của mình. Đặc biệt là 3 thói quen đã từ lâu âm thầm gặm nhấm tâm hồn ông, làm cho ông đổ bệnh. Đó là: ông ta lẫn lộn giữa việc bức xúc với việc hệ trọng, ông ta

thường hay trì hoãn công việc. Ngoài ra ông ta lại là người quá cầu toàn.

****

BỨC XÚC VÀ QUAN TRỌNG

Có sự phân biệt giữa những việc quan trọng và những việc bức xúc. Chúng ta trì hoãn những việc quan trọng càng lâu, thì chúng ta càng trở nên bức xúc hơn. Đồng thời chúng ta cảm thấy khó chịu. Điều đó đúng không chỉ với những việc quan trọng mà còn đúng với những việc ít quan trọng. Riêng những nhiệm vụ tương đối không quan trọng này ngày lại ngày ùn lên thành cả núi công việc.

Một bí mật của người thành đạt là họ đảm nhận những việc quan trọng của đời sống và giải quyết những việc quá bức xúc. Họ hoàn thành tất cả càng nhanh càng tốt. Chúng ta trì hoãn những việc quan trọng, cả những việc không quan trọng, càng lâu bao nhiêu, thì chúng ta trở nên càng bức xúc và càng tốn phí thời gian nhiều hơn. Và cứ như vậy bắt đầu cái vòng luẩn quẩn. Ai đó thường xuyên phải quan tâm tới những việc bức xúc, sẽ không thể quan tâm đầy đủ tới những việc quan trọng. Khi

những việc bức xúc lấn át cuộc sống chúng ta càng nhiều thì cuộc sống làm được càng ít những việc quan trọng.

Cái giá chúng ta phải trả cho sự bức xúc là sự thất thoát những điều quan trọng trong đời sống chúng ta. Những việc quan trọng của đời sống chúng ta không được phép xuất hiện quá đột xuất, vì chúng ta không thể biến nó thành những công việc bức xúc.

Bạn hãy hình dung trước một chuyến đi nghỉ mát bạn phải xếp đồ đạc vào khoang hành lý. Giả thử bạn xếp trước tiên những túi, cặp, balô và các đồ vật linh tinh khác. Khi bạn muốn xếp gọn các vali lớn, bạn sẽ nhận thấy rằng không đủ chỗ cho nó. Cách thức đúng là bạn phải xếp trước hết những vali lớn và chọn những túi, làn, cặp nhỏ hơn cho vào các lỗ hổng còn lại. Cũng như vậy: chúng ta cần trước tiên xây dựng kế hoạch những công việc quan trọng của cuộc sống và đưa vào kế hoạch hàng tuần. Xung quanh nó chúng ta bố trí những công việc nhỏ hơn, ít quan trọng hơn.

QUY TẮC 72 GIỜ, HAY QUY TẮC BA NGÀY

Chắc đã có lần bạn dự định làm một việc gì đó rồi mặc dù vậy vẫn không thực hiện được. Có lẽ bạn đã rất thất vọng mà nhận định rằng

mình là một thằng kém ý thức kỷ luật. Thật ra thì bạn chỉ không tuân thủ quy tắc 72 giờ thôi. Quy tắc này phát biểu như sau: Trong vòng 72 giờ bạn phải bắt đầu một hành động cụ thể, để thực hiện các dự định của mình vào một dịp khác. Để cho tiềm thức của bạn nghiêm túc ghi nhận một dự định và hồi tưởng tới nó, bạn phải quan tâm sao cho dự định đó đến được hệ thần kinh trung ương của bạn. Những dự định của bạn chỉ đến được đó khi bạn ra một lệnh hành động cụ thể. Với mỗi giờ chờ đợi trôi qua mà bạn không ra lệnh hành động quyết định đầu tiên, sự hứng khởi giảm dần.

SỰ KHÁC BIỆT GIỮA "NGAY LẬP TỨC" VÀ "QUÁ VỘI VÀNG"

Với quy tắc 72 giờ và "càng nhanh càng tốt" không có nghĩa là phải tăng tốc độ. Ngược lại sự quá vội vàng thường sinh ra Stress và có thể khiến bạn phát ốm. Thậm chí đôi khi sự khoan thai lại tốt hơn và có tác dụng chữa bệnh. Con người sinh ra không phải chỉ để vội vàng từ dự án này đến dự án khác.

Một nhà doanh nghiệp muốn hoạt động trong vùng rừng núi và hối thúc cửu vạn người châu Phi vận chuyển hàng hoá. Mặc dù nhà doanh nghiệp nọ luôn đôn đốc họ khẩn trương,

nhưng sang ngày thứ ba họ thản nhiên ngồi lại và không làm sao có thể thúc đẩy họ làm việc tiếp tục. Nhà doanh nghiệp tức tối yêu cầu họ giải thích vì sao. Một người Phi châu nói rằng: "Chúng tôi đã đi qúa nhanh, bây giờ thể xác chúng tôi tuy ở đây, nhưng chúng tôi phải chờ cho tới khi linh hồn chúng tôi đuổi kịp".

Chúng ta cần im lặng và tĩnh tâm, để lắng nghe con tim, để suy gẫm và hoạch định những việc trọng đại trong cuộc đời chúng ta. Nhưng có sự khác biệt giữa "quá vội vàng" và "ngay lập tức". Những việc quan trọng chúng ta nên bắt đầu ngay lập tức, nhưng không phải tiến hành bằng bất cứ giá nào với tốc độ vùn vụt. Bạn không phải làm một lần tất cả mọi việc và bạn không phải tăng tốc. Nhưng bạn phải bắt đầu. Bạn hãy thật khẩn trương bắt đầu mọi việc hệ trọng càng nhanh càng tốt.

"TRÒ TRÌ HOÃN"

Quy tắc "càng nhanh càng tốt" cũng dùng cho tất cả các công việc mà bạn không mấy hứng thú. Trong trường hợp này người ta rất hay bị "ma đưa lối, quỷ đưa đường" và rơi vào "trò trì hoãn".

Chắc chắn bạn đã từng gặp tình huống: Bạn không sớm đặt chỗ ở khách sạn, nên bấy

giờ phải gọi điện tới nhiều khách sạn, vì tất cả những khách sạn tốt đều hết phòng. Giá như bạn sớm đặt phòng, thì chỉ cần một cuộc gọi, còn bây giờ bạn phải gọi cả tiếng đồng hồ.

Những công chuyện khó chịu sẽ càng khó chịu hơn nếu chúng ta gác lại càng lâu. Chính những điều bạn muốn tránh đi thì lại xảy ra y trang: Những công chuyện bắt đầu hành hạ bạn. Thường thường tồn tại những bóng đen trên tháng ngày của chúng ta. Nếu chúng ta ngược lại biết hoàn tất những công việc không mấy hứng thú trước tiên, thì tháng ngày trở nên tươi đẹp hơn, vì bây giờ chỉ còn lại những công việc dễ chịu đang chờ đợi chúng ta. Nhiệm vụ chỉ đè nặng lên vai chúng ta cho đến khi ta hoàn thành nó.

CHỦ NGHĨA HOÀN HẢO (CẦU TOÀN)

Còn một vấn đề quan trọng của quy tắc "càng nhanh càng tốt" như quy chế đã chỉ rõ: bắt đầu ngay lập tức, điều đó đồng nghĩa với việc "sớm kết thúc". Chúng ta không được để cho chủ nghĩa hoàn hảo ràng buộc chúng ta trong việc kết thúc các dự án. Vì hoàn hảo đồng nghĩa với sự tê liệt. Một người hoàn hảo sử dụng khoảng 80% thời gian của anh ta vào việc rèn dũa 3% công việc cuối cùng của sản phẩm.

Và 99% người ta không nhận ra điều đó. Thực ra không có một sự hoàn mỹ nào mà con người có thể sáng tạo ra.

Một hôm Pierre Bonnard* đi vào Bảo tàng Louvre với bút và bảng màu của ông và bắt đầu phục chế một trong những bức tranh của ông. Người bảo vệ đã ngăn ông lại. Bonnard đã phản đối: "Đây là bức tranh của tôi. Nó chưa hoàn chỉnh". Người bảo vệ đáp rằng: "Nó đã được hoàn tất, nếu không thì nó đã không được treo ở trong Bảo tàng Louvre".

** Pierre Bonnard (1867-1947), hoạ sỹ đồ hoạ Pháp - BT.*

Một vấn đề ở chủ nghĩa hoàn hảo nữa là sự sợ hãi phạm khuyết điểm được ngụy trang đằng sau nó. Họ theo đuổi phương châm: Chừng nào người ta chưa kết thúc một đồ án thì không được nhìn thẳng nó và không ai có thể phát hiện một khiếm khuyết nào ở nó.

Nhưng trong hầu hết các lĩnh vực thì người thành công không phải là người không phạm khuyết điểm, mà là người dám làm một cái gì đấy. Ai muốn cố gắng và muốn xây dựng một cái gì đó, người đó sẽ phạm một khuyết điểm. Chúng ta không được phép đánh giá năng lực theo tiêu chuẩn phạm nhiều hoặc ít khuyết điểm. Tuy nhiên trường học ngày nay vẫn còn dùng điểm số làm phương tiện. Nhưng chúng ta phải được "tự do" phạm khuyết điểm. Chúng ta

học tập từ những khuyết điểm.

Một nhân viên của Tom Watson - người đã sáng lập ra IBM - một lần phạm phải một sai lầm đã gây thiệt hại cho hãng 10 triệu USD. Khi người này được gọi tới văn phòng của Watson, anh ta tin chắc rằng mình sẽ bị thải hồi. Trước sự ngạc nhiên của anh ta, sếp nói rằng: "Anh không thể xin thôi việc, sau khi tôi vừa mới đầu tư 10 triệu USD để đào tạo anh"!

Chúng ta phải rút ra bài học từ khuyết điểm. Có như vậy chúng ta mới lớn mạnh hơn và hy vọng sẽ thông minh hơn. Đúng là tốt hơn nếu sự khởi đầu có lỗi, còn hơn sự hoàn hảo bị trì hoãn. Tốt nhất là kết thúc một dự án với một vài hạn chế nhỏ còn hơn trì hoãn để hoàn thiện.

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ hoàn thiện khả năng của tôi về việc bắt đầu càng nhanh càng tốt tất cả những gì quan trọng, bằng cách hạ quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Vào buổi sáng tôi tự hỏi: Điều gì mình không mấy ưa thích? Điều đó tôi sẽ thực hiện trước tiên. Như vậy thì công việc khó chịu sẽ nhẹ nhàng hơn. Tôi hoàn thành những việc đó càng sớm thì ngày hôm nay càng có lợi, vì tôi chỉ còn lại những công việc dễ chịu.

2. Tiếp theo tôi lại tự vấn: Việc gì hôm nay là nhiệm vụ quan trọng nhất của mình? Rồi tôi bắt đầu ngay với việc thực hiện và không để mình bị phân tâm, cho đến khi làm xong nhiệm vụ này. Ngay cả khi không làm tiếp việc gì nữa trong ngày thì tôi vẫn biết mình đã hoàn thành việc quan trọng nhất.

3. Tôi tự hỏi: Tôi có thể thay đổi điều gì trong cuộc sống của tôi để có nhiều thời gian dành cho những việc quan trọng thay vì phải luôn quan tâm tới những công việc bức xúc?

4. Việc gì tôi luôn dự định làm tôi bắt đầu trong phạm vi 72 giờ. Chí ít thì tôi cũng phải làm được bước khởi đầu. Tôi làm việc hôm nay như chơi thể thao, mọi việc đều với một tốc độ bất ngờ. Tôi hành động hôm nay theo nguyên tắc "càng nhanh càng tốt".

5. Tôi kiểm tra xem mình có rơi vào bẫy của chủ nghĩa hoàn hảo không chỗ nào tôi có thể và cần phải kết thúc dự án của tôi

BÍ QUYẾT 22
HÃY ĐẢM NHIỆM TRỌNG TRÁCH

Người thầy bảo học sinh mình vào thành phố bán cam. Cậu học trò trở về chập tối và than thở rằng: "Người ta đối xử với con thật tồi tệ. Những người trong phố nói rằng hoa quả dạo này đắt đỏ quá. Tình cảnh như vậy con không thể bán được chút nào cả".

Người thầy nói rằng: "Đáng tiếc là anh không thông minh và sáng suốt như những quả cam kia". Cậu học trò bặm môi lại. Lúc ấy người thầy bèn cầm lấy một quả cam và hỏi rằng: "Nếu tôi vắt quả cam này thì ta được cái gì?"

- Tất nhiên là nước cam - người học trò đáp.

- Đúng - người thầy đáp và hỏi tiếp: " Nếu tôi dùng búa đập vào, thì ta được cái gì?"

- Cũng là nước cam thôi - cậu học trò cao giọng đáp.

- Nếu con la xéo lên nó, thì ta được cái gì? Người thầy hỏi tiếp.

- Lúc nào thì cũng chỉ có nước cam chảy

ra - cậu học trò đáp lại không còn giữ được bình tĩnh.

Sau đó người thầy bảo rằng: "Quả cam luôn trả lời với những gì có trong nó, dù cho có ai thêm thắt vào cho nó. Nó dạy chúng ta rằng quyền ở trong tay chúng ta đối phó như thế nào với tình huống như vậy. Nhưng cậu đã đổ lỗi cho người khác và như vậy đã cho họ cái quyền đó".

****

Khi công việc không thuận lợi, chúng ta thường hay đổ lỗi cho hoàn cảnh và những người khác, cho những gì có thể chịu trách nhiệm về những kết quả yếu kém của chúng ta. Chúng ta đổ tại tình trạng kinh tế, tại tình huống, đổ tại bố mẹ, chồng vợ, tại hãng, tại sức khỏe, tại sản phẩm, tại sếp chúng ta...
Chắc bạn đã từng nghe những câu dưới đây:

"Giá mà điều ấy không xảy ra, thì tôi có thể..."

"Nếu như tôi có nhiều thời gian, nhiều tiền thì..."

"Anh ta làm tôi mất cả vui..."

Những câu này đều có chung một ý. Họ đổ lỗi cho ai khác hay cho khách quan. Những ai cho rằng người khác có lỗi, thì cho họ luôn cả quyền lực.

KHÔNG CHỈ LỆ THUỘC VÀO HOÀN CẢNH, MÀ LỆ THUỘC VÀO VIỆC LÀM

Bạn chỉ có thể sống như một người thành đạt, nếu bạn đảm nhận lấy trọng trách về đời sống của bạn. Bạn có thể không phải chịu trách nhiệm về mọi hoàn cảnh xung quanh bạn. Nhưng bạn phải chịu hoàn toàn trách nhiệm về việc đối phó với hoàn cảnh như thế nào và lý giải hoàn cảnh đó như thế nào. Có lẽ bạn không chịu trách nhiệm về tình trạng kinh tế bạn đang đối mặt. Nhưng bạn chịu trách nhiệm về những gì bạn hành động trong tình huống như vậy.

AI TỪ CHỐI TRÁCH NHIỆM BỊ GIAM CẦM, AI LÃNH LẤY TRÁCH NHIỆM ĐƯỢC TỰ DO

Một trong những nhà tâm lý học lỗi lạc của thế kỷ này là Victor Frankl. Ông bị cầm tù nhiều năm trong trại tập trung. Toàn bộ gia đình của ông lần lượt bị sát hại. Bản thân ông cũng bị tra tấn dã man thập tử nhất sinh.

Trong hoàn cảnh đó, ông chợt nhận thức ra một điều: *"Không ai ngoài ta có quyền lực về quan điểm của mình. Chúng có thể đánh ta và treo cổ gia đình ta nhưng tư tưởng của ta thuộc về ta. Tôi có quyền quyết định việc tôi muốn*

đánh giá như thế nào về toàn bộ tình huống này".

Và ông tự nhủ rằng: *"Nếu trong những điều kiện cực đoan như thế này mà ta có thể giữ được cá tính và phẩm chất của ta, thì tất cả mọi người đều có thể".* Victor Frankl tóm tắt sự quan sát của ông trong một câu: *"Quyền tự do cuối cùng của tất cả con người là quyền chọn lựa quan điểm của mình trong mỗi tình huống nhất định".*

Ở mọi thời gian đều có vô số người bị biến thành nô lệ hoặc bị giam cầm. Họ đã không đánh mất hết tất cả để đổi lấy tự do. Tự do như chúng ta. Chúng ta phải hiểu rõ: Ta đang thực sự tự do như thế nào? Và trước hết chúng ta cần tự hỏi hàng ngày: Chúng ta đã làm được gì từ quyền tự do không biên giới đó?

HÀNG NGÀY CHÚNG TA ĐƯỢC LỰA CHỌN

Nhiều nhà thông thái đã nói rằng: "Mỗi ngày mới khai sinh một cuộc sống mới". Vì sao có thể nói như vậy? Vì mỗi ngày mới chúng ta lại có dịp mới để chọn lựa, để quyết định một cuộc sống mới cho chúng ta. Mỗi ngày mang đến cho chúng ta một món quà quý giá. Nó tặng chúng ta một khoảnh khắc để có thể thay đổi tất cả những gì làm chúng ta bất hạnh.

Chúng ta có khuynh hướng không muốn công nhận những món quà đó. Vì nếu chúng ta thừa nhận, chúng ta có quyền chọn lựa, thì chúng ta không còn quyền được tha thứ, không còn đổ lỗi cho ai được nữa. Tất cả là do chúng ta.

Nếu chúng ta từ chối quyền lựa chọn, phó thác cho hoàn cảnh khách quan, thì cuộc sống sẽ rất tồi tệ. Chúng ta không sống được như chúng ta mong muốn. Bằng cách đó chúng ta chỉ tự huỷ hoại đời chúng ta.

Có nhiều cách để tự huỷ hoại cuộc đời. Chúng ta có thể tự sát, có thể giết chết tình yêu và những ước mơ của chúng ta. Những người khác có thể không hiểu những gì chúng ta đang làm. Nhưng chúng ta đang hành động chống lại quy luật tự nhiên và trở thành tội phạm mà nạn nhân lại chính là chúng ta. Nhiều người thiếu tin tưởng khi quyết định những điều cần thay đổi để giải phóng cho mình. Thay vì đổi mới họ lại sẵn sàng cố gắng hết mình để duy trì cảnh đời nô lệ của bản thân mình.

Nhiều người cố tình không dám nhận trách nhiệm về mình. Những ai chối bỏ trách nhiệm thì cũng giống anh chàng Wolfgang trai trẻ. Anh ta vẫn thường ăn trưa cùng đồng nghiệp và lúc nào cũng phàn nàn về bữa ăn mang theo: "Lại những thứ của nợ này, lúc nào cũng phomat và cà chua. Tôi chán nhất là bánh

mỳ kẹp phomát với cà chua". Ngày nào cũng cứ diễn ra như vậy. Đến một hôm một chiến hữu của anh ta nói rằng: "Biết rồi khổ lắm nói mãi. Nếu cậu không ưa cái mòn mỳ kẹp phomát cà chua ấy, thì hãy bảo với vợ cậu, cô ta nên chuẩn bị cái gì khác cho cậu". "Trời đất ơi" - Wolfgang đáp lại - "tớ còn chưa lấy vợ, tớ tự làm lấy món xen-uých này đấy". Trong cuộc sống cũng vậy, mỗi người đều tự chuẩn bị bánh Săng-uých cho mình. Chúng ta có quyền lựa chọn.

CHỊU TRÁCH NHIỆM VỀ SỰ THÀNH ĐẠT TRONG NGHỀ NGHIỆP

Liệu bạn ăn nên làm ra hay chỉ nhì nhằng cầm chừng trong công việc của mình, đấy hoàn toàn là chuyện riêng của bạn. Đảm bảo cho bạn có mức thu nhập lớn không phải là nhiệm vụ của hãng. Cũng không phải nhiệm vụ của sếp là tiếp sức cho bạn trên nấc thang danh vọng. Cũng không phải nhiệm vụ của người bạn đời là tắt máy truyền hình, lấy áo cho bạn và dẫn bạn đi làm.

Tất nhiên tất cả mọi chuyện không phải lúc nào cũng "tuyệt vời". Nhưng quả bóng trong chân bạn, bạn ứng phó và xử lý như thế nào là tuỳ bạn. Ví dụ như bạn hoàn toàn chịu trách nhiệm hàng tháng kiếm được bao nhiêu. Đợt

tăng lương người ta không thể "ăn theo", mà phải phấn đấu mới có được. Rủi ro cho ai thường để tuột mất vận may của mình.

Một lúc nào đấy bạn phải đối thoại với mình: "Ta đã làm được gì với tài cán của ta?" Chúng ta không thể trốn chạy những quyết định nhằm giải phóng mình, nhằm cải thiện cuộc sống của chính mình. Nếu không, chúng ta phải đau khổ chịu đựng khi biết chắc rằng: chúng ta đã phung phí cuộc đời.

CHỊU TRÁCH NHIỆM VỀ QUAN HỆ VỚI NHỮNG NGƯỜI KHÁC

Thật khó thừa nhận rằng chúng ta luôn có quyền về những ứng xử của mình. Đặc biệt khi những ứng xử ấy đem lại hậu quả xấu. Tranh luận với nhau chỉ vì người khác cũng làm như vậy, chẳng đi đến đâu. Chúng ta có thể trao đổi, dàn xếp với đối phương còn hơn là cãi vã và gây chiến. Săn đuổi theo một con rắn độc đã cắn ta chỉ làm cho nọc độc nhanh chóng lan truyền khắp cơ thể chúng ta. Tốt hơn là lập tức tìm cách giải độc. Thay vì cãi lộn, chúng ta nên nhớ tới điều chúng ta có quyền về những phản ứng của chúng ta. Trong trường hợp như vậy thì những suy nghĩ dưới đây có thể giúp ích cho bạn:

* Có khi chính chúng ta là người khơi mào cho những hành động khiếm nhã của đối phương. Khi nhận ra khuyết điểm là do mình, thì chúng ta nên làm điều gì đấy để hoà giải.

* Đằng sau cơn thịnh nộ của đối phương hầu hết ẩn giấu những băn khoăn, dằn vặt nào đấy. Đằng sau sự tức giận thường đơn giản là sự hiểu lầm nhau, thói "suy bụng ta bụng người", nghĩ xấu về người khác.

* Điều dễ dàng hơn là thay đổi những quy tắc riêng của chúng ta, hơn là thuyết phục những người khác. Nhiều khi chúng ta bày đặt ra quá nhiều quy tắc cho người khác, đến nỗi họ không thể nào làm cho chúng ta hài lòng. Nhưng rốt cuộc nguyên nhân thất vọng của chúng ta lại do chính những quy tắc và những hy vọng quá đáng của chúng ta mà không phải ở người khác.

* Nếu ai đó cư xử làm chúng ta phật ý, vậy ta nên nghĩ ngay tới quyền tự do quyết định của chúng ta: chọn cách thế nào để ứng xử. Tốt nhất là chúng ta hãy gác "phản ứng tự phát" của chúng ta lại vài ba giây và tự hỏi:

1. Có thể hành động của anh ta chỉ là một phản ứng với cách cư xử không tốt của ta trước đây?

2. Có thể ta hay biết những dằn vặt đằng sau sự giận dữ giúp mình thông cảm với anh ta hơn và có thể giúp đỡ anh ta?

3. Thực ra mình bất bình về điều gì? Do tại đối phương hay tại những quy chế cường điệu của mình hoặc do sự bất cẩn của ta?

HÃY CHẤP NHẬN BẠN CÓ QUYỀN LỰC

Bạn hãy chấp nhận cuộc sống của mình như hiện tại vì bạn đã "bẻ ghi" nó từ trong quá khứ. Chỉ khi bạn chủ động đưa ra quyết định, hôm nay sẽ "bẻ ghi" cho một tương lai tốt đẹp hơn, bạn mới có quyền lực về cuộc sống của mình.

Bạn có thể thay đổi tất cả. Từ các mối bang giao đến tài khoản tại ngân hàng của bạn. Kể từ ngày bạn quyết định thay đổi và bắt đầu hành động. Vì bạn không chỉ chịu trách nhiệm về những gì bạn làm, mà còn chịu trách nhiệm về những gì bạn sơ suất.

Có một bài hát xưa nói về một đấng mày râu. Ông ta dạo quanh khu nhà để tìm mua thuốc lá. Bỗng dưng ông ta có một ý nghĩ điên rồ: "Chuyện gì sẽ xảy ra nếu bây giờ mình cứ thế này mà đi New York?". Hộ chiếu ông ta có sẵn trong người, tiền nong cũng đủ. Ông ta đã mơ đi New York suốt cả cuộc đời. Ông ta tưởng tượng ra bao điều đẹp đẽ khi làm một cái gì đó thật điên rồ. Và sau đấy ông ta mua thuốc lá và đi trở về nhà...

Hoàn toàn tuỳ thuộc ở bạn, liệu bạn có thực hiện giấc mơ của mình hay không. Nếu bạn bắt đầu ngay từ bây giờ, thì bạn có thể làm hầu như tất cả những gì bạn mong muốn. Bạn có toàn quyền để làm điều đó. Nhưng hãy cẩn thận: "Ai rời bỏ quyền lực của mình quá lâu, thì sẽ đánh mất nó".

Người thành đạt đảm nhận hoàn toàn trách nhiệm về mình và không bao giờ cho bất cứ ai hoặc bất cứ điều gì có quyền lực chi phối đời sống của họ. Họ biết rằng họ không thể tác động tới tất cả những gì xảy ra trong cuộc sống của họ, nhưng bất kỳ lúc nào họ cũng có thể quyết định những sự kiện xảy ra có ý nghĩa gì và họ cần xử lý những sự kiện, biến cố đó như thế nào. Họ biết rằng mọi tình cảm tiêu cực sẽ mất hiệu lực vào khoảnh khắc họ đảm nhận lấy trách nhiệm về mình.

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ luyện tập đảm nhận hoàn toàn trách nhiệm về cuộc sống của tôi, bằng cách hạ quyết tâm thực hiện các bước dưới đây:

1. Hôm nay tôi sẽ không đổ lỗi cho bất cứ ai và cho bất cứ hoàn cảnh nào, vì tôi đổ lỗi cho ai, đồng nghĩa với việc cho người đó quyền lực. Nhưng tôi muốn là chủ nhân của đời tôi.

2. Nếu tôi gặp phải một tình huống quá khó khăn thì tôi nhắm mắt lại hình dung ra

một nhân vật mạnh mẽ khác thường. Tôi tự hỏi: Nhân vật này đánh giá tình huống này ra sao và sẽ xử lý như thế nào?

3. Nếu hôm nay tôi không đạt được mục tiêu, thì tôi tự nhận lấy trách nhiệm. Và cũng như vậy tôi đứng ra nhận trách nhiệm, nếu tôi dành được một điều gì đó tốt đẹp. Tôi sẽ không đùn đẩy trách nhiệm cho số phận hoặc những người khác đã giúp đỡ tôi. Tôi cảm thấy tự hào và vui sướng về thành quả của tôi. Như thế là tôi đang kiến tạo lòng tự tin một cách tích cực hơn.

4. Nếu hôm nay có ai đó gây sự với tôi, thì tôi tự hỏi liệu mình đã làm điều gì xúc phạm đến anh ta hoặc đe doạ anh ta. Tôi cũng kiểm tra xem sự chờ đợi của tôi nơi anh ta có quá mức hay không?

BÍ QUYẾT 23
HỌC CÁCH XỬ LÝ SỰ HẢI

Một cậu bé trong một lần dạo chơi trong rừng, đi tới một khoảng rừng thưa có hai khu vườn. Trong vườn các thợ vườn đang làm việc. Hai khu vườn rất khác nhau: một khu thì đầy cỏ dại và người làm vườn chửi rủa liên hồi. Khu vườn khác thì sặc sỡ, rất hài hoà và người làm vườn đang thích thú huýt sáo một bài hát. Anh ta làm mọi việc chẳng có gì mệt nhọc.

Cậu bé muốn làm quen bác làm vườn vui tính và hỏi anh ta, tại sao anh ta có thể giữ cho vườn mình đâu ra đấy lại chẳng mấy mệt nhọc, trong khi bác kia phải làm việc vất vả mà chẳng có được khu vườn đẹp.

Bác ta trả lời: "Trước đây bác cũng đã làm như bạn bác. Nhưng bằng cách đó bác đã không thể nào tiêu diệt hết cỏ dại. Cứ mỗi khi bác nhổ nó đi, thì rễ của nó nằm lại trong đất và nó lại mọc lên. Thậm chí bác không thể nhổ nhanh bằng nó mọc lại."

Rồi bác đã làm cách khác. Bác tìm những

loài hoa mọc nhanh hơn cỏ dại. Những cây hoa nhanh chóng che lấp toàn bộ cỏ dại, và vườn bác tự nó giữ được sạch sẽ như bây giờ.

Trước khi cậu bé đi tiếp, cậu phát hiện ở bìa rừng một khu vườn thứ ba đầy cây độc dược. Người trông vườn nhã nhặn đã giải thích cho cậu bé những gì cậu thắc mắc: "Người làm vườn trước đây, người ta đã trồng những loài cây này là một bác sĩ nổi tiếng. Ông ta là người thông minh nhất trong chúng ta. Từ những cây độc dược trong vườn này ông ta làm ra thuốc chữa bệnh".

****

Mỗi người đều có sự sợ hãi, lo lắng, kể cả người đang làm việc đại sự. Can đảm không phải là người không biết sợ hãi, mà là người dù có sợ hãi vẫn dấn thân để chinh phục nó. Sợ hãi là sự hình dung ra một điều gì đó không nên xảy đến. Chúng ta tưởng tượng ra điều đó càng rõ rệt, càng hay nghĩ tới nó, thì sự sợ hãi, lo lắng càng mạnh mẽ hơn, càng làm chúng ta tê liệt hơn. Chúng ta khó lòng tránh khỏi sự căng thẳng về nỗi sợ hãi. Nhưng chúng ta có thể chung sống với nó hoặc làm lu mờ nó đi. Trước hết chúng ta cần được che chở khi đối mặt với nỗi sợ hãi, để không đơn độc. Chúng ta có thể ngăn chặn sự sợ hãi, lo lắng trở thành một

bóng ma trong cuộc sống của chúng ta.

CHÚNG TA CÓ THỂ XUA ĐUỔI SỰ SỢ HÃI BẰNG LÒNG BIẾT ƠN

Chúng ta không thể đơn giản vứt bỏ nỗi sợ hãi như nhổ cỏ dại. Bạn hãy hình dung: bạn tắt đèn đi và gian phòng tối đen như mực. Bạn có thể làm gì để chống lại bóng tối? Đấu tranh chống lại nó hoặc tìm cách ngăn chặn nó đều vô nghĩa. Bạn chỉ có thể xua đuổi bóng tối bằng cách bật đèn lên.

Nỗi sợ hãi giống như bóng tối. Nó không thể ngăn chặn được. Ta càng cố gắng ngăn chặn nó, thì nỗi sợ hãi càng lớn thêm. Khi ta tạo ra một lực càng nhiều thì phản lực càng lớn. Nhưng chúng ta có thể xua đuổi nỗi sợ hãi và sự bối rối như ánh sáng xua đuổi bóng tối.

Ta có thể giải thích đơn giản như sau: bộ óc chúng ta chỉ có thể một lúc nghĩ ra một ý tưởng. Nếu chúng ta đang quan tâm tới phần đối lập của sự sợ hãi, thì chúng ta không thể đồng thời cảm thấy sợ hãi. Sự đối lập với sợ hãi không phải là dũng cảm. Bởi vì người can đảm vẫn biết sợ hãi. Anh ta vẫn hành động mặc dù có sợ hãi. Chính vì vậy chúng ta gọi anh ta là "can đảm".

Đối lập với sự sợ hãi là lòng biết ơn. Bạn

sẽ có nhận xét rằng: bạn không thể cảm thấy sợ hãi trong khi bạn đang tỏ lòng biết ơn. Nếu bạn nhớ tới 5 điều mà bạn được ban ơn, thì tất cả mọi sợ hãi, lo lắng bay đi đâu mất.

Những điều bạn chịu ơn có thể cực đơn giản như: khả năng đi, nhìn, nói, đọc, xe hơi của bạn, căn hộ của bạn, những con người bạn yêu mến và đã mến yêu bạn... Chúng ta thường nhìn nhận nhiều việc là đương nhiên, chừng nào chúng ta chưa thấy thiếu vắng nó. Vào lúc chúng ta không thể "đi" được nữa, ta mới phát hiện đấy quả là một ân huệ. Chúng ta nên suy nghĩ tới những điều đó, chúng ta mới ý thức được cuộc đời phong phú biết bao.

MỤC TIÊU LỚN ĐẨY LÙI SỰ SỢ HÃI

Một con đường khác để đẩy lùi sự sợ hãi là bằng cách tập trung sự quan tâm của mình vào mục tiêu. Sự sợ hãi chỉ có thể chế ngự chúng ta nếu chúng ta không để mắt tới công việc. Hàng tuần bạn hãy thường xuyên liệt kê những mục tiêu quan trọng của mình. Ngoài ra hàng ngày bạn hãy tự hỏi mình sẽ thưởng ngoạn cuộc sống như thế nào, nếu mình đạt được những mục tiêu này.

Bạn sẽ nhận xét rằng bạn không cảm thấy sợ hãi, trong khi mơ ước tới những mục

tiêu của mình. Tuy hàng ngày chỉ mất vài ba phút thời gian. Nhưng không đáng gì so với thời gian bạn bó tay ngồi nhìn lòng đầy sợ hãi.

Tuy nỗi sợ hãi trở lại sau một thời gian, nhưng lúc này bạn đã thấy thoải mái đối mặt với nó. Và bạn có thể lợi dụng sự sợ hãi lúc này như một tín hiệu: bây giờ là lúc để lại nhớ tới những mục tiêu của mình.

THỰC HIỆN 10 CỨU CÁNH

Nếu bạn có sợ hãi, lo âu, bạn hãy đọc 10 điểm sau:

1. Tự hỏi mình: Điều gì đã xảy ra từ những sợ hãi trong quá khứ của mình? Bạn sẽ nhận ra rằng tối đa là 5% của mọi sự sợ hãi trở thành hiện thực. Bạn hãy suy nghĩ xem những sợ hãi của mình có thực sự đúng đắn không? Hoặc mình chỉ lo lắng vớ vẩn.

2. Bạn hãy viết ra 5 điều bạn cần tỏ lòng biết ơn. Hãy tâm sự với mình: Mọi việc đến lúc này đều tốt đẹp. Nhiệm vụ tới ta sẽ hoàn thành tốt đẹp.

3. Hầu hết mọi điều chúng ta sợ hãi chỉ xảy ra trong tương lai. Ngày hôm nay hầu như nó chẳng có ảnh hưởng gì. Tại sao hôm nay ta đã phải trăn trở với nó?

4. Bạn nên khẳng định bạn có thể làm

chủ hoàn hảo ngày hôm nay rồi ngày mai nữa. Cuộc sống là một chuỗi ngày nối tiếp.

5. Nếu sự sợ hãi làm bạn mất tự chủ, bạn hãy trao đổi ngay với một người thành đạt. Sự hiện diện của người thành đạt có thể giúp chúng ta bớt sự sợ hãi. Bạn hãy suy nghĩ: Một con người có bản lĩnh sẽ hành động như thế nào trong lúc này?

6. Bạn hãy hành động, tuy rằng thật khó làm điều gì khi bản thân đang lo âu, bối rối. Nhưng cũng chính lúc này mới là quan trọng nhất. Vì xiềng xích của nỗi sợ hãi càng siết chặt khi chúng ta cứ lang thang vô công rồi nghề.

7. Bạn đừng băn khoăn liệu mình có thể hoàn thành nhiệm vụ mà hãy tự hỏi: Mình làm thế nào để hoàn thành nhiệm vụ? Điều gì có thể xảy ra? Lúc nào bạn cũng có thể tìm được một giải pháp.

8. Bạn hãy "nuôi dưỡng" những hoài bão lành mạnh. Hãy mơ tưởng đến cuốn phim đời mình với kết thúc có hậu.

9. Hãy nghe nhạc êm dịu. Sự lo âu sẽ bị xua đuổi đi như ánh sáng xua đuổi bóng đêm.

10. Bạn hãy lật xem nhật ký "thành đạt" của mình. Bạn sẽ nhanh chóng nhận ra mình cũng không đến nỗi tồi và mình chẳng phải phí công lo lắng điều gì

SỰ SỢ HÃI CÓ THỂ LÀ ĐỘC TỐ HAY LÀ MỘT LIỀU THUỐC

Cuối cùng, thật chẳng tồi tí nào nếu biết lợi dụng một liều lượng chọn lọc của sự sợ hãi để biến thành thuốc tăng lực. Sợ hãi cũng giống như một độc tố. Quá liều sẽ gây tai biến và tử vong. Nhưng liều nhẹ lại có thể tác dụng như một loại thuốc đặc biệt công hiệu.

Vì vậy người thành đạt đón nhận sự kích thích của sợ hãi, nhưng biết hạn chế, để nó không gây tai biến cho họ. Người thành đạt đã có nhận xét rằng một chút sợ hãi là một động lực. Con đường mà chúng ta có thể học tập và trưởng thành nhiều nhất phần lớn lại chính là con đường gắn liền với sợ hãi, lo âu. Người thành đạt nói rằng: "Nếu tôi không cảm thấy sợ hãi trước khi tôi bước tiếp một bước mới, thì điều đó nói lên rằng: bước đi này quá tầm thường đối với tôi".

Người thành đạt xem nỗi sợ hãi của họ là một tín hiệu bình yên báo rằng họ đang đi đúng đường. Họ chung sống với nỗi sợ hãi. Họ công nhận sự sợ hãi có thể là động lực thúc đẩy sự trưởng thành của bản thân họ.

THẢM HỌA

Người thành đạt cũng không sợ hãi trước mọi thảm họa. Họ biết rằng: trong cuộc sống của họ sẽ có những thảm họa và những khoảnh khắc đớn đau. Không ai được chở che trước thảm họa.

* **Thứ nhất:** Có khi chỉ là một sự tiêu phí thời gian và công sức, chứ chẳng có gì xấu xa, tồi tệ thực sự xảy ra.

* **Thứ hai:** Người thành đạt biết rằng họ có đủ sức lực và trí thông minh để vượt qua thời kỳ đen tối.

* **Thứ ba:** Luôn xuất hiện một sự khởi đầu mới.

* **Thứ tư:** Những thảm họa mà ta không thể chọn lựa cho mình thường có mặt trái của nó, đấy còn là một bộ phận quan trọng của cuộc sống chúng ta. Richard Bach từng nói: *"Những gì đối với loài sâu bọ là sự cáo chung, thì đối với người sáng tạo là sự khai sinh ra một cánh bướm".*

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ cải thiện khả năng của tôi và xử lý sự sợ hãi bằng cách quyết tâm thực

hiện các bước dưới đây:

1. Khi nào bị nỗi sợ hãi "tấn công", tôi sẽ lập tức đọc 10 điểm về cách xử lý nỗi sợ hãi.

2. Tôi liệt kê ra ít nhất là 5 điều mà tôi được ân huệ. Tôi hiểu rằng, nỗi sợ hãi thường ngày không phải là một thứ uy quyền, mà tôi hoàn toàn có thể quyết định sẽ làm gì với nỗi sợ hãi. Tôi có thể lấn át nó bằng sự tạ ơn bất kỳ lúc nào tôi muốn.

3. Hôm nay tôi muốn thể nghiệm một quan điểm khác về sự sợ hãi. Tôi nhận thức sợ hãi là một động lực có lợi đối với thành quả của tôi. Một chút sợ hãi làm cho tôi năng động và mạnh mẽ hơn. Nếu tôi không sợ hãi trước bước đi tiếp theo, thì bước đi này quá bình thường đối với tôi.

4. Hôm nay tôi xem bản thân tôi, nguyện vọng của tôi và nỗi sợ hãi của tôi đều không quá quan trọng. Tôi chỉ là hạt cát trong vũ trụ.

BÍ QUYẾT 24

HÃY TẬP TRUNG VÀO THẾ MẠNH CỦA MÌNH

Một cây nọ mọc cheo leo trên vách đá, thân nhỏ, cong queo và cằn cỗi. Tất cả các cây khác so với nó lớn hơn và đẹp hơn nhiều. Nó mong mỏi cũng được như chúng bạn, hào hoa, tao nhã nô đùa trong gió.

Nhưng cái cây bé nhỏ nọ mọc trên vách đá, rễ nó bám vào chút đất đọng trong khe đá. Bao giờ cũng chỉ có một cơn gió rét buốt lùa qua cành lá của nó. Nó nhận được những tia nắng ít ỏi chỉ có nửa ngày, vì cứ sau buổi trưa mặt trời lại biến mất sau khối đá, để toả nắng cho tất cả các cây khác trên sườn núi. Do vậy cây con không lớn lên được và đổ lỗi cho số phận của mình.

Vào một buổi sáng khi nó ngắm nhìn thung lũng và đón nhận những tia nắng dễ chịu đầu tiên, nó chợt nhận ra một điều làm nó sung sướng: Nó có được một cảnh quan thật rực rỡ. Không có một cây nào khác lại có thể nhìn xa

như nó. Vách đá trên đầu bảo vệ nó trước tuyết. Thân nó mọc lệch và cong, cành lá tuy cằn cỗi nhưng chắc khoẻ vừa vặn ken đầy hốc đá nơi nó tọa lạc. Những cây khác ngoài kia bên sườn núi cũng có dáng vóc và vị trí của mình. Nhưng cây con có nét độc đáo riêng, nó có nhiều, nhiều lộc thế.

****

Mỗi một người phải biết cách sống với những tài năng của mình. Chúng ta phải biết tập trung vào những điều ta có thể, ta am hiểu và tinh thông. Thông thường, con người ta hay có khuynh hướng chú ý nhiều hơn vào những điều mà họ không thể, không am hiểu và không tinh thông.

MỘT NGUYỆN VỌNG VÔ NGHĨA

Nhiều người nghĩ rằng cuộc sống sẽ đơn giản hơn nhiều, nếu họ được trời cho nhiều năng lực, nhiều tài năng hơn và một bản chất khác hơn. Ví dụ, như một người ốm có thể nghĩ rằng, mọi việc sẽ đơn giản hơn nhiều nếu anh ta có sức khoẻ tốt, nhưng anh ta chẳng có. Một bà mẹ goá bụa có thể phàn nàn rằng mọi việc

chắc hẳn tốt hơn nếu có nhiều thời gian săn sóc con cái và không phải làm lụng quá vất vả. Nhưng bà ta vẫn phải kham tất cả. Nếu bạn có một giọng hát tuyệt vời hoặc có một năng khiếu khác, liệu mọi việc có đơn giản hơn không? Câu trả lời sẽ là: chưa hẳn. Bởi vì mỗi thành công chúng ta đều phải trả giá. Mà cái quyết định lại là: tài năng chúng ta có giới hạn. Và nếu bạn có nhiều tiền, có sức khoẻ tốt hơn, một người bạn đời đáng yêu hơn..., liệu mọi chuyện có dễ dàng hơn? Câu trả lời là: rồi bạn lại có những vấn đề khác.

CÁI QUYẾT ĐỊNH LÀ NHỮNG GÌ CHÚNG TA LÀM ĐƯỢC TỪ NHỮNG CÁI HIỆN HỮU

Bạn sẽ luôn thấy rằng một vài người có tài năng nhiều hơn người khác. Sẽ chẳng giúp gì cho ta khi ta đòi hỏi "sự công bằng", vì một mặt ta không biết chắc những người khác trả giá thế nào cho tài năng, mặt khác chúng ta luôn có được những tài năng mà người khác không có. Cái quyết định lại không mấy phụ thuộc vào tài năng. Quan trọng hơn nhiều là những gì chúng ta làm được từ những cái chúng ta sở hữu.

Bạn có thể ngồi tại nhà và mong cho mình có những tài năng khác. Nhưng điều đó

không làm thay đổi được tương lai. Giống như trong một cuộc chơi bài. Người chơi bài may mắn có được những con bài tốt nhất chỉ thắng cuộc lúc đầu. Rốt cuộc bao giờ người chơi giỏi nhất sẽ thắng cuộc. Tức là người biết luật chơi tốt nhất và chơi giỏi nhất. Nếu bạn không ngang sức, ngang tài như những người trong cộng đồng thì có khi bạn phải tìm con đường khác.

Dạo ấy có một học sinh, em không thể theo kịp lớp trong môn tiếng Anh. Phương pháp dạy ngoại ngữ của nhà trường em không tiếp thu được. Em là học sinh dốt nhất lớp. Em thường mong sao có sự "nhạy cảm" với môn ngoại ngữ. Sau đấy em sang sống một thời gian tại Mỹ. Hôm nay, em nói tiếng Anh tốt hơn nhiều so với tất cả các bạn cùng lớp. Chưa bao giờ chỉ có riêng tài năng là quyết định. Quan trọng hơn là những cái chúng ta làm được với cuộc sống của chúng ta.

SỰ KIÊN NHẪN CÒN HƠN CẢ TÀI NĂNG

Chúng ta cần tránh ca ngợi tài năng của người khác. Bởi vì hầu hết chúng ta không biết chắc sự thành công của họ do ở tài năng và do ở sự khổ luyện dẫn đến ở mức độ khác nhau thế nào. Người thành đạt trong mọi trường hợp đều

thống nhất rằng: những thành tích đặc biệt khác thường trước hết là do rèn luyện. Điều đó nhiều người không muốn thừa nhận vì như thế là đã thú nhận: vì thiếu tài năng nên phải khổ công rèn luyện.

Không phụ thuộc vào những con bài mình có, bạn vẫn có thể thắng trong ván bài. Có lẽ điều đó đòi hỏi có thời gian và bạn phải làm việc với những con bài vất vả hơn. Nhưng với lòng quyết tâm và sự kiên trì bạn luôn tìm thấy con đường đạt tới mục tiêu của mình. Nếu những rào cản xuất hiện trên đường đi, bạn sẽ vòng qua, nếu cần thì bò qua hoặc nhảy qua nó. Nhưng ai chỉ hy vọng vào những lá bài đẹp sẽ bó tay khi gặp khó khăn và ước mong những lá bài tốt hơn.

Bạn hãy bắt đầu từ nơi bạn đang đứng. Và lo sao cho công việc tốt hơn. Mỗi ngày một ít. Bạn đừng chờ đợi hoàn cảnh khá hơn, mà hãy tạo ra hoàn cảnh như mình mong muốn.

THẾ MẠNH VÀ NHƯỢC ĐIỂM

Mỗi người chúng ta đều có thế mạnh và nhược điểm. Nhiều người chú trọng vào nhược điểm và nghĩ rằng nhược điểm là nguyên nhân vì sao họ không thể thành đạt.

Một tin vui cho bạn: đối với những thắng

lợi của chúng ta thì hầu hết những nhược điểm là vô nghĩa. Bó hồng đẹp nhất không phải là bó hồng có ít gai nhất, mà là bó hồng có những bông hồng sặc sỡ nhất.

Không có ai giàu có lên chỉ vì họ đã xoá bỏ được những nhược điểm. Không phải những nhược điểm của bạn làm cho bạn trở nên giàu có, mà là những thế mạnh của bạn.

Nếu bạn xoá đi được một nhược điểm, bạn đã đạt được điều gì? Chẳng có gì cả, ngoài việc bạn không còn mắc nhược điểm nọ. Qua đấy bạn cũng chẳng có lắm tiền và nhiều thành công hơn. Bạn sẽ còn làng nhàng bậc trung cho đến khi bạn đã phát huy thế mạnh của mình. Chúng ta cần xây dựng thế mạnh của mình, nó giúp chúng ta trở nên giàu có.

Bạn đừng đổ lỗi cho những nhược điểm của mình. Có vô số người có nhược điểm như bạn, song họ đã sống hạnh phúc. Tất nhiên bạn cũng không thể coi thường nhược điểm của mình, nếu không nó sẽ phá hoại thành quả của mình. Nhưng bạn có thể tìm được một giải pháp. Tốt nhất bạn hãy nhìn nhận nhược điểm của mình như một vận hội mở ra con đường mới và hợp tác với những con người có thế mạnh đúng vào những nhược điểm của mình.

Bạn hãy tập trung vào những thế mạnh của mình. Hãy biết kiến tạo những thế mạnh ấy. Bạn hãy tìm đến với những người có thể

giúp bạn rèn luyện trên lĩnh vực bạn có ưu thế. Hãy sát cánh với họ, hãy để họ tiếp sức và khích lệ mình.

HÀNH ĐỘNG THEO DÕI CHÚNG TA

Tất nhiên bạn sẽ nhận định rằng hầu hết mọi hoàn cảnh, tình huống phải do ta tự chịu trách nhiệm. Điều đó đúng với cả những tình huống tốt, cả những tình huống không mấy như ý.

Trong đấy còn tuỳ thuộc vào mối quan hệ và triển vọng của những hoàn cảnh. Có khi khuyết điểm và thất bại lại có thể là bài học cho tương lai. Nó như trong ván bài. Một mình lá bài thì nó chẳng tốt cũng chẳng xấu, chỉ khi lên bài mới có thể nói các quân bài có hợp nhau không. Bạn có thể biến đổi đôi điều trong cuộc sống của bạn. Hãy làm việc đó đi. Một vài việc không thể một sớm một chiều hoặc thậm chí không thể hoặc không muốn biến đổi. Bạn hãy chấp nhận điều đó. Bạn phải học cách phân biệt rạch ròi việc nọ với việc kia. Bạn hãy học cách nhận biết những ưu thế, nhiều khi nó tiềm ẩn đằng sau những "bất lợi". Những gì lâu nay bị chê cười và nhạo báng, một ngày nào đấy có thể lại trở thành "nhãn hiệu" của bạn.

SỰ SO SÁNH BẤT LỢI VỚI NGƯỜI KHÁC

Chúng ta so sánh chúng ta với những người khác với hy vọng sẽ thành công hơn. Thực tế trong khi so sánh chúng ta thường có nhận định chúng ta hơn hoặc thua người khác. Cả hai kết quả đều bất lợi.

Nếu chúng ta nhận định mình trội hơn người khác, như vậy chúng ta xem như đã thành công trong hoàn cảnh hiện tại. ở đây, vấn đề thước đo hơn kém phải được đặt ra. Bởi vì rất có thể phía bên kia đã ngừng hoạt động để mở rộng sản xuất kinh doanh. Trong trường hợp này, hóa ra chúng ta chỉ ẩn nấp đằng sau sự thất bại của người khác.

Nhưng nếu chúng ta cảm thấy thua kém trong khi so sánh, điều đó cũng chẳng mấy lợi ích. Lúc nào chúng ta cũng có thể tìm ra những người hơn hẳn chúng ta ở một lĩnh vực nhất định nào đấy. Trong trường hợp này rất có thể chúng ta đánh mất lòng dũng cảm và sự tự tin. Ngược lại, ai biết tập trung tư duy về bản thân sẽ nhận thức được nét đặc trưng của mình. Vì thế sự so sánh là không thể và vô nghĩa. Chúng ta chỉ được phép đánh giá chúng ta bằng những chuẩn mực riêng của chúng ta. Chúng ta chỉ nên so sánh với những con người mà chúng ta có thể trở thành.

TÍNH ĐỘC ĐÁO

Không có ai khác lại giống bạn. Không có ai có thể và sẽ thực hiện những nhiệm vụ giống hệt bạn đã thực hiện những công việc ấy bằng cách của bạn. Khả năng của bạn vì vậy được hình thành từ những kinh nghiệm bản thân và sự đúc kết từ những người khác.

Có lẽ bạn sẽ phản đối rằng: "Nhưng mà những gì tôi đã làm đến nay thì người khác cũng có thể làm được". Điều đó chưa hẳn đúng. Nhưng quan trọng hơn lại là chuyện khác: Bạn đã làm việc ấy! Ngoài bạn không thể có một ai khác. Và trong tương lai cũng vậy. Vị trí của bạn không người nào khác có thể đảm nhiệm. Bạn càng tập trung tư duy về mình và càng ít so sánh mình với những người khác bạn nhận thức được càng nhiều nét độc đáo và ưu thế của mình.

Bạn đừng bao giờ mong muốn thế mạnh của những người khác, mà tự tạo dựng nên thế mạnh của riêng mình. Vấn đề còn lại phát sinh từ sự so sánh với người thường là thói suy bì và lòng ghen ghét.

TÍNH GHEN TỊ

Tính ghen tị luôn bắt nguồn từ sự mặc cảm thua kém người khác. Tiền đề của nó là sự thiếu tự tin. Người được mệnh danh là hạng yếu kém liền tìm cách liên kết với những người họ cho rằng ở đẳng cấp cao hơn. Ai cảm thấy mình thua kém, người đó chỉ có hai khả năng hoà nhập với người ở đẳng cấp cao: anh ta trèo lên đẳng cấp trên hoặc anh ta kéo họ xuống cùng mình. Những người không tin rằng mình có thể đạt tới đẳng cấp cao hơn, thường cố gắng kéo những người khác xuống đẳng cấp mình. Lúc này họ bôi nhọ những người nọ bằng mọi điều xấu xa, vì không dễ hạ bệ một người tốt.

Điều xấu xa, tệ hại ở tính ghen tị không chỉ ở sự hạ bệ những người thành đạt. Hơn nữa người ghen tị còn tự đánh mất khả năng cải thiện mình. Thay vì cố gắng rời bỏ đẳng cấp của mình, anh ta lại lợi dụng khả năng của mình để hạ bệ người khác.

SỰ GHEN TỨC

Sự ghen tức, nếu không quá lời, là một dạng của sự nghi ngờ và sợ hãi bản thân mình không đủ phẩm chất. Cảm giác này cũng xuất

hiện khi người ta quá quan tâm so sánh mình với người khác. Trong nhiều hiệp hội, cộng đồng tồn tại những chuyện ghen ăn tức ở rất tồi tệ. Bi kịch là ở chỗ: thay vì cống hiến năng lực của mình quan tâm đến các chiến hữu, thì người ghen tức tìm cách sống ẩn dật. Những điều đó không sớm thì muộn cũng được những thành viên khác nhận ra: một kẻ yếu kém. Người ghen tức luôn xua đuổi hết bạn bè.

Chúng ta thường lầm tưởng sự ghen tuông là biểu hiện chân thành của một tình yêu đích thực. Điều đó sai: nơi nào sự sợ hãi còn ngự trị và con người bị gò bó thì nơi ấy tình yêu không thể đơm hoa kết trái. Tình yêu khích lệ và trao tặng tự do, còn ghen tuông trái lại trói buộc, làm tê liệt và thậm chí bóp chết tự do. Người ghen tuông muốn giữ chặt người thân yêu bên mình, thực chất đấy là sự sợ hãi, lo rằng mình không xứng đáng, mình không có đủ tư cách.

Những ai từ trong tâm khảm cảm thấy mình hèn mọn và tự coi thường mình, cũng sẽ coi thường người khác. Người ghen tức luôn tìm nguyên cớ để ghen tức. Như người ghen tị muốn huỷ diệt người giàu sang, thì người ghen tức phá huỷ hạnh phúc của chính mình và hạnh phúc của người tưởng là được yêu mến.

Còn có người lạm dụng lòng tin của người khác. Sự trói buộc không thể là một giải pháp.

Nếu người ta không hoà hợp với nhau hoặc không đáp ứng được nhu cầu của người khác, thì tốt hơn là chia tay. Tại sao lại có những người không biết tự trọng mà chỉ tìm cách gắn bó với một con người mà người đó không thừa nhận giá trị của anh, không kính trọng phẩm chất của anh. Thật là vô nghĩa để bày tỏ sự cảm thông đối với người ghen tức hoặc thậm chí chấp thuận mọi yêu cầu của anh ta. Bởi vì sự điều trị căn bệnh "ghen tức" không do những người khác mà do chính bản thân con bệnh quyết định. Người ghen tuông phải biết cách tập trung sự quan tâm tới bản thân mình về những ưu thế của mình.

Nếu chúng ta nhận thức được bao nhiêu sự đẹp đẽ và tiềm năng có ở nơi chúng ta, chúng ta sẽ cảm nhận những ân huệ, hạnh phúc vì sự bình yên. ở những người hay ghen tức và tị hiềm thì không bao giờ có được cảm nhận đó.

****

Hình như bạn khó lòng mà thay đổi được hoàn cảnh. Nhưng bạn cũng đừng bỏ phí thời gian và công sức ước ao một hoàn cảnh khác, mà bạn hãy bắt đầu đi. Cứ hành động đi! Sẽ còn có những điều bạn không thể biến đổi, vì nó không nằm trong quyền lực của bạn, thì cũng đừng phí sức. Hãy tập trung vào những công

việc bạn có thể làm được. Người thành đạt vẽ bức tranh cuộc sống của mình bằng những màu sắc anh ta có. Nó sẽ không tồi.

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ luyện tập khả năng tập trung vào thế mạnh của mình bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau:

1. Tôi tự hiểu những thành quả của tôi không mấy phụ thuộc vào tài năng mà vào những gì tôi làm được trong hoàn cảnh của mình. Tôi không đổ tại cho số phận.

2. Tôi lập ra một danh mục với tất cả mặt mạnh, mặt yếu của mình. Đối với những nhược điểm tôi tìm một giải pháp. Tôi quan tâm tới việc xây dựng các thế mạnh của mình, bằng cách tôi giao lưu với những người có thể động viên tôi.

3. Tôi khái quát lại toàn bộ hoàn cảnh cuộc sống của tôi và cân nhắc xem điều gì tôi có thể thay đổi. Rồi tôi đặt cho mình một kế hoạch hợp lý. Cái gì phải được hoàn thành không quan trọng mà quan trọng là bắt tay làm ngay việc gì.

4. Đối với những điều tôi không thể thay đổi, tôi sẽ từ bỏ. Tôi mỉm cười hôm nay, nếu trời mưa, bởi vì tôi biết rằng nếu tôi không mỉm cười thì trời vẫn cứ mưa.

5. Tôi kiểm tra lại mình liệu tôi có ghen tị và hay ghen tức không? Những cảm giác này không dễ gạt bỏ, nhưng tôi có thể xua đuổi nó, bằng cách tập trung vào bản sắc riêng của mình vào năng lực của mình. Tôi tự trả lời câu hỏi bằng giấy mực: "Tại sao tôi biết sự độc đáo, sự cá biệt của bản thân mình"?

BÍ QUYẾT 25
HÃY TẶNG QUÀ VÀ THA THỨ

Ngày xưa có một phụ nữ thông minh sống trong rừng một mình. Một buổi sáng bà tìm thấy một hòn đá quý cạnh bờ suối. Một lát sau bà ta gặp một khách lữ hành đói khát. Khi bà lục tìm chiếc gùi để lấy ra ít bánh mì, thì người lữ khách nhìn thấy hòn đá quý. Anh ta chưa bao giờ nhìn thấy một vật tuyệt vời như vậy. Anh ta mải mê nhìn ngắm, không thể nào rời mắt. Người đàn bà thông minh bèn quyết định tặng cho anh ta hòn đá quý ấy. Sau đó lữ khách hạnh phúc rảo bước lên đường. Bằng cách bán hòn đá quý này đi mình sẽ có được bao nhiêu là tiền, có khi đến hết đời chẳng phải làm lụng gì nữa.

Nhưng vài ba ngày sau, anh ta quay trở lại tìm gặp cho bằng được người phụ nữ thông minh nọ. Anh ta trao lại báu vật cho bà và giải thích: "Tôi đã nghĩ kỹ rồi. Tôi biết hòn đá này vô cùng quý giá. Nhưng tôi xin trả lại nó cho bà và hy vọng nhận được từ bà cái quý giá hơn. Tôi muốn có được cái trong lòng bà, cái đã khiến bà

tặng tôi hòn đá này".

Trong cuộc đời, có một mục tiêu khá phổ biến là được thụ hưởng một cuộc sống thừa thãi. Nhưng ý nghĩa đích thực của từ Ỏthừa thãiÕ thì nhiều người đã quên lãng: nó có ý nghĩa là "thừa" và "thãi", hay nói khác đi là chúng ta không nên quá ham hố tất cả, mà hãy để rơi vãi (tức thãi) đi ít nhiều.

TẤT CẢ LÀ NĂNG LƯỢNG VÀ NĂNG LƯỢNG PHẢI CHUYỂN TẢI

Không có gì tĩnh tại. Cơ thể chúng ta, thế giới này và cả vũ trụ tồn tại trên cơ sở một chu trình trao đổi liên tục. Nếu chu trình này bị gián đoạn, thì cuộc sống không còn tồn tại. Cuộc sống là một dòng sông "tuôn chảy", thường xuyên mang đến cho chúng ta một điều gì đó, và mang đi một cái gì đó. Vì vậy, cho và nhận là vấn đề trung tâm của đời sống chúng ta. Cho và nhận tuy hai nhưng là một. Bởi vì, cuối cùng chúng chỉ biến thành dạng khác của sự chuyển tải năng lượng trong vũ trụ.

Cuộc sống chỉ có thể tồn tại chừng nào năng lượng còn trao đổi. Ai ngăn cản sự trao đổi sẽ làm hạn chế sự phong phú của cuộc sống và phá huỷ sự cân bằng sinh thái. Chúng ta cho càng nhiều, chúng ta nhận càng nhận nhiều.

Mọi quan hệ cũng đều là sự cho và nhận thường xuyên. Ở đây cũng cần duy trì chu trình năng lượng càng cao càng tốt. Chúng ta cho càng nhiều, sẽ được tiếp nhận càng nhiều. Việc cho nhận càng diễn ra nhiều, thì mối quan hệ càng tốt đẹp hơn.

Quy luật của "cho" rất đơn giản: nếu bạn muốn có niềm vui, trước tiên hãy mang đến cho người khác niềm vui. Nếu bạn muốn được yêu, hãy học cách dâng hiến tình yêu. Nếu bạn muốn được chú ý thì trước tiên phải chú ý. Nếu bạn muốn đạt được sự thừa thãi về vật chất, hãy giúp đỡ người khác có cuộc sống hạnh phúc. Con đường đơn giản nhất để trở nên giàu sang là giúp đỡ người khác để họ có được những gì họ kỳ vọng.

CẦU CHÚC CHO NGƯỜI

Nếu bạn muốn trời ban cho những điều tốt lành trong cuộc sống, bạn hãy tìm cách lặng lẽ cầu chúc cho người khác. Chúc phúc là một tập quán xa xưa bị con người đánh mất theo năm tháng. Những người đi xa được cầu nguyện. Trước bữa ăn phải cầu nguyện. Gia đình và bạn bè được chúc phúc. Lời cầu phúc của bố mẹ trong một số nền văn hóa còn quan trọng hơn cả di sản.

Ý tưởng này có vẻ lỗi thời và có mầu sắc thần linh. Nhưng nó có một ý nghĩa. Nếu tất cả là năng lượng thì điều đó cũng đúng với lời chúc phúc của chúng ta.

Bạn hãy cầu chúc cho tất cả mọi người bạn gặp "Vạn sự như ý". Bạn hãy chúc cho họ vui vẻ, hạnh phúc, thịnh vượng và an khang. Hãy chúc cho họ có nhiều ngày vui vẻ...

Bạn sẽ chiêm nghiệm rằng với năng lượng tích cực thực sự của bạn đã gây được ảnh hưởng và biến đổi được điều gì đó tốt lên. Người ta sẽ đánh giá cao sự có mặt của bạn, sẽ thấy dễ chịu khi gần gũi bạn. Mọi người sẽ cảm thấy bạn thật lòng thiện chí. Và người ta sẽ đem lại cho bạn nhiều niềm vui và hạnh phúc.

THÓI QUEN ĐẸP: TẶNG QUÀ

Có lẽ bạn muốn tập cho mình có thói quen tặng quà cho người nào đó đến thăm bạn hoặc bạn đến thăm. Nó có thể rất nhỏ nhẹ. Một bông hoa hoặc một bưu ảnh. Bản photocopy một câu danh ngôn hoặc một bài thơ. Nó cũng có thể là một cuốn sách hoặc một địa chỉ tiếp xúc khả dĩ giúp đỡ người bạn một việc gì đó.

Phải chăng là một ý tưởng hay: không bao giờ đến thăm một gia đình khác mà không mang theo bất kỳ một thứ gì? ít nhất cũng là

một lời khen hoặc một lời chúc may mắn. Thật là dễ dàng để biểu lộ chúng ta quan tâm đến người khác. Những cuộc đối thoại tốt nhất thường bắt đầu bằng câu nói xã giao: "Tôi đã nghĩ tới anh. Tôi tin là điều này (việc này) sẽ làm anh hài lòng hoặc có thể giúp anh"... Bạn hãy quyết định tặng cho ai đó mà bạn tiếp xúc một món quà gì đấy. Chừng nào bạn cho bạn còn được nhận. Và bạn tiếp nhận càng nhiều, thì khả năng "cho" của bạn càng lớn.

THA THỨ

Sự tha thứ là một nghệ thuật cao tay hơn động thái "cho tặng". Nó là chìa khoá để phát huy tinh thần và trí tuệ ở một cấp độ cao hơn. Trong thực tế khó có gì có thể kìm hãm năng lực của chúng ta, giảm thiểu sự giàu có của chúng ta bằng sự căm ghét và lòng thù hận thành kiến đối với một người nào đó.

Những tình cảm tiêu cực như vậy thường cướp đi hạnh phúc và sự bình yên của chúng ta và là nguyên nhân chủ yếu của những tổn thương tâm lý. Nó cũng hay trở thành những dằn vặt cụ thể trên thể xác. Trước tiên nó nhằm vào chúng ta, gây ốm đau bệnh tật và tổn thọ. Người ta bao giờ cũng không dễ dàng tha thứ. Việc đó còn phụ thuộc vào những gì đã xảy ra.

Nhưng bạn đừng quên rằng việc chăm lo đến những "đại sự" trong cuộc đời chúng ta là quan trọng hơn nhiều so ới việc theo đuổi những mối căm ghét, thù hận vặt vãnh. Chúng ta nên thứ lỗi cho tất cả: cho bản thân chúng ta, cho bố mẹ chúng ta, cho bạn đời của chúng ta và tất cả những người còn lại.

THA THỨ CHO BẢN THÂN

Chúng ta cần tha thứ mọi lỗi lầm và ngu ngốc của bản thân chúng ta. Chúng ta đừng quên rằng chúng ta chưa hoàn hảo và cũng sẽ không bao giờ hoàn hảo. Chúng ta sẽ mãi mãi phạm khuyết điểm. Đúng như vậy. Nếu chúng ta không buồn khổ thì chúng ta sẽ rút được bài học từ lầm lỗi để trưởng thành. Sai lầm, khuyết điểm có thể trói buộc chúng ta, nếu chúng ta không biết tự tha thứ. Thậm chí nhiều người còn suy sụp hẳn vì lỗi lầm.

Sự ăn năn và buồn khổ kéo dài thường là biểu hiện của một tâm hồn nhu nhược. Vì sự hối lỗi đồng nghĩa với dậm chân tại chỗ với cách ngụy biện: "Tuy tôi không thành công vì khuyết điểm, nhưng tôi cũng thành nhân"!

Chúng ta không cho phép những lỗi lầm quá khứ ảnh hưởng tới cuộc sống hôm nay của chúng ta. Chúng ta cần tha thứ cho bản thân và

xem khuyết điểm như là những bộ phận quan trọng trong quá trình trưởng thành của chúng ta. Không có những lỗi lầm như thế làm sao chúng ta nên người như hôm nay.

THA THỨ CHO BỐ MẸ

Nhiều người không biết tha thứ cho bố mẹ. Họ phải chịu đựng và đối xử với bố mẹ trong nhiều năm bằng sự bất công, sự khiếm nhã và cả sự tàn nhẫn. Một sự giận dỗi suốt đời quả là một giá quá kinh khủng phải trả cho cái mà chúng ta đằng nào cũng không thể thay đổi. Còn một điều quan trọng nữa, đó là chỉ khi chúng ta tha thứ cho bố mẹ chúng ta, chúng ta mới thực sự trở thành người lớn. Cho đến thời điểm này thì chúng ta vẫn còn là trẻ con, bởi vì chúng ta hãy còn phụ thuộc tình cảm vào bố mẹ và những gì bố mẹ mang lại cho chúng ta. Bằng cách thứ lỗi cho bố mẹ, chúng ta tự giải phóng cho mình. Chúng ta phải đứng lên từ những nỗi đau của thời thơ ấu và quên đi tất cả. Chúng ta đạt được điều đó nhanh nhất, nếu chúng ta hình dung: bố mẹ chúng ta đã làm tất cả những gì có thể được trong hoàn cảnh lúc bấy giờ để sinh thành và dưỡng dục chúng ta.

THA THỨ CHO BẠN ĐỜI CÀNG SỚM CÀNG TỐT

Chừng nào chúng ta còn có những ý nghĩ xấu và nỗi hận thù trong đầu, thì chúng ta hãy còn sống với quá khứ. Chúng ta không thể nhìn thấy vẻ đẹp của khoảnh khắc hiện tại. Tình yêu không thể tồn tại khi lòng hận thù đang chế ngự.

Thật quá xuẩn ngốc nếu như vợ chồng không thứ lỗi cho nhau càng ngày càng trở nên bất hạnh. Cho nên vợ chồng thứ lỗi cho nhau càng nhanh càng tốt. Tình yêu chắc là phải gác lại một thời gian dài. Tại sao vậy? Thông thường người ta không tha thứ ngay, vì e người kia "không tiếp nhận bài giảng" của mình và "lại nhanh chóng làm điều tương tự" khi có điều kiện. Bên ngoài người ta tỏ vẻ như còn chưa thể tha thứ, vì câu chuyện hãy "còn quá mới"... Ở đây, chúng ta cần nhận thức đúng đắn rằng chúng ta nắm quyền chi phối chứ không phải hành động quá khứ.

Người ta cứ nghĩ rằng tha thứ nhanh chóng phương hại đến quyền uy của mình. Nhưng lảng tránh tình yêu để trừng phạt là một thứ quyền lực sai lầm. Trên cơ sở này quan hệ yêu thương không thể nảy nở. Thực tế thì ngược lại. Chúng ta càng sớm tha thứ, thì chúng ta càng sớm lại được thưởng ngoạn hương vị của tình yêu.

Một phụ nữ thông minh từng nói: "Tôi sẽ tha thứ cho anh ấy bất cứ lúc nào. Bây giờ tôi cũng có thể làm ngay điều đó". Những lúc này bạn rất nên quan tâm nhớ lại những mặt tốt của bạn đời. Nếu bạn hồi tưởng lại được 10 điều làm bạn mến phục bạn đời, chắc hẳn sự giận dỗi sẽ vơi đi nhiều. Tất nhiên có thể trước đây xảy ra điều gì làm cho sự tiếp tục chung sống là không khôn ngoan. Ngay cả khi người ta ly thân, vẫn nên tha thứ cho nhau càng nhanh càng tốt.

HÃY THA THỨ CHO MỌI NGƯỜI

Bạn hãy tha thứ cho tất cả mọi người không ngoại trừ bất kỳ ai. Những người mà lúc nào đó đã làm điều gì đó tức giận, tàn nhẫn hoặc ngu ngốc với bạn. Sự tha thứ trung thực trong bản chất trước hết là một hành động vị kỷ. Bởi vì trước tiên điều đó không liên quan đến người mà bạn tha lỗi, mà liên quan chính bản thân bạn. Nó liên quan đến hạnh phúc của bạn, thành quả của bạn, sự thanh thản của bạn và nó liên quan đến cuộc sống và tương lai của bạn.

Những ai giận dỗi, thậm chí thù hận kéo dài tự làm mình suy yếu đi. Điều đặc biệt là trong trường hợp người ta suy diễn rằng vì nhân

vật nọ mà mình không thể thành đạt. Nếu chúng ta đổ lỗi, tức là chúng ta trao quyền lực. Chừng nào chúng ta xem người khác phải chịu trách nhiệm về hoàn cảnh của chúng ta thì đồng thời chúng ta kìm hãm sức lực của chúng ta và cản trở thành công của chúng ta.

Người thành đạt rèn luyện sự tinh tế trong cho, tặng. Và họ thực hành phong cách tha thứ. Cả hai động thái tôn vinh họ lên và biến họ thành một con người thanh lịch, nhân ái và luôn thành đạt.

Thực hành:

Hôm nay tôi luyện tập nghệ thuật cho biếu và tha lỗi, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau:

1. Mỗi người hôm nay tôi gặp gỡ, đàm thoại hoặc nhớ đến tôi đều cầu mong và chúc chị hoặc anh vui vẻ, hạnh phúc, thành đạt, sức khoẻ. Tôi chuyển tới họ nguồn năng lượng tốt lành.

2. Hôm nay đi thăm ai tôi sẽ mang theo món quà cho họ. Tôi mang cho họ một ít gì đó về vật chất, những lời chúc tốt đẹp, một lời khen hoặc một ý tưởng. Tất cả sẽ chứng tỏ cho người kia thấy rằng tôi thực sự quan tâm tới chị hoặc anh. Tôi thực hành và thao diễn sự phong lưu.

3. Tôi dành cho người yêu mến nhất hôm

nay một món quà đặc biệt có ý nghĩa. Tôi làm điều đó, vì tôi muốn bông đùa vui vẻ với cô ta hoặc anh ấy.

4. Hôm nay tôi thực hành việc tha thứ. Trước hết tôi tha thứ cho bản thân. Tôi suy nghĩ xem mình có giận dữ ai. Trong trái tim tôi hứa tha thứ cho người đó. Tôi gọi điện cho người này hoặc viết cho họ một bức thư, tốt nhất là làm ngay. Hôm nay tôi sẽ không nghĩ xấu về bất cứ người nào. Qua đấy tôi tự giải phóng cho mình.

BÍ QUYẾT 26

TÍNH TOÁN KHÔN NGOAN VỚI ĐỒNG TIỀN CỦA BẠN

Một hôm bác nông dân nghèo tìm thấy một quả trứng vàng trong ổ ngỗng của bác ta. Bác ta nghĩ ngay rằng chắc anh chàng nào lại muốn chơi xỏ ta đây. Mặc dù vậy để chắc ăn bác ta mang quả trứng tới hiệu vàng. Việc đã rõ ràng: quả trứng thực sự là từ vàng ròng.

Bác nông dân bán quả trứng và nhận được rất nhiều tiền. Buổi tối cả nhà liên hoan. Rạng sáng hôm sau, cả nhà thức dậy để xem liệu chú ngỗng bất ngờ lại đẻ tiếp một quả trứng chăng. Quả thật một quả trứng vàng lại nằm gọn trong ổ. Điều đó lặp đi lặp lại nhiều ngày.

Lúc đầu bác nông dân không thể nào hiểu nổi hạnh phúc của mình. Nhưng bác ta là một người tham lam. Bác ta không muốn bằng lòng mỗi ngày một quả trứng độc nhất. Bác ta chạy ra chuồng và làm thịt chú ngỗng để lấy tất cả trứng một lần. Nhưng tất cả những gì bác ta tìm

thấy chỉ là một quả trứng con đang hình thành. Và bài học đạo đức của câu chuyện ở đâu? Đừng giết những con ngỗng của bạn.

****

Sống sung sướng đấy là quyền tạo hoá cho chúng ta. Chưa bao giờ điều đó lại dễ dàng như ngày nay. Bạn có thể băn khoăn: "Nhưng tại sao người giàu có không nhiều?" Câu trả lời: "Vì hầu hết mọi người đã làm thịt những con ngỗng của họ".

Con ngỗng trong chuyện ngụ ngôn tượng trưng cho vốn liếng và quả trứng vàng cho tiền lời. Không có vốn thì không có tiền lãi. Khối người tiêu pha rỗng túi. Thậm chí còn thâm hụt và trở thành con nợ. Như vậy thì chẳng bao giờ họ có thể nuôi nổi một con ngỗng. Họ thịt nó ngay khi nó hãy còn non tơ, trước khi ngỗng có thể đẻ được trứng vàng. Chúng ta tìm kiếm cơ hội đầu tư thay vì chỉ nghĩ tới những điều đơn giản, thông thường.

Nguyên lý để xây dựng cuộc sống ấm no thật dễ hiểu. Đơn giản là chúng ta phải chi tiêu ít hơn số thu nhập.

Tiền bạc mà chúng ta không nhất thiết cần cho đời sống sinh hoạt, chúng ta có thể mua vật dụng hoặc tiết kiệm, để nuôi một con ngỗng. Chúng ta phải chấp nhận là chúng ta phải thật

nghiêm túc với bản thân để trả lời: Cái gì chúng ta thực sự cần dùng? Hầu hết chúng ta đều có ít tiền dư dật. Vấn đề là chúng ta làm gì với số tiền đó. Chúng ta mua sắm đồ gỗ, xe hơi, đi du lịch, tiếp đãi hay chúng ta đầu tư?

Bạn tiết kiệm hay bạn tiêu pha hết. Đơn giản vậy thôi. Giả dụ bạn quyết toán thu chi trong vòng 7 năm. Tình hình tài chính của bạn sẽ bộc lộ như thế nào? Bạn đã vỗ béo cho một chú ngỗng hay bạn đã ăn thịt những chú ngỗng con của bạn? Bạn đã xây dựng được vốn cố định hay bạn đã chi tiêu cho những khoản mà về sau chẳng có giá trị gì?

TIẾT KIỆM MANG LẠI NIỀM VUI

Bạn hãy lo liệu tự thanh toán cho mình. Nếu chúng ta mua bánh mỳ ta thanh toán cho người làm bánh. Nếu ta mua trái cây ta thanh toán cho người bán hoa quả. Nhưng bao giờ ta thanh toán cho bản thân chúng ta? Câu trả lời: khi chúng ta tiết kiệm. Nhiều người không có được nề nếp tiết kiệm đều đặn. Ở đây, trình bày một phương thức giúp bạn tham khảo: bạn hãy mở một sổ tiết kiệm "con ngỗng". Hàng tháng bạn chuyển ít nhất 10% thu nhập vào sổ tiết kiệm này. Số tiền này bạn dùng để đầu tư và không bao giờ tiêu đến.

Ngoài ra, để sự vui vẻ không quá ngắn ngủi, bạn cũng mở một số tiết kiệm "vui vẻ". Cũng như vậy bạn đều đặn chuyển một tỷ lệ % nhất định ví dụ 5 - 10% thu nhập của mình vào sổ tiết kiệm "vui vẻ". Số tiền này bạn chi tiêu thoải mái, không phải bận tâm. Bằng phương thức này bạn lo được cả hai điều: bạn sống tốt hiện tại và đầu tư cho tương lai của mình.

BẠN HÃY TIẾT KIỆM MỖI KỲ LÊN LƯƠNG

Chắc bạn cũng đã để ý rằng mức sống của chúng ta được nâng lên đồng thời với thu nhập của chúng ta? Ở đây có điều không được toại nguyện: khi bạn ngày càng kiếm được nhiều tiền, nhưng tài sản của bạn tăng lên không đáng kể. ở đây lại có một mẹo đơn giản.

Cứ mỗi lần lên lương bạn nên trích 50% phần lương tăng chuyển vào sổ tiết kiệm. Vì bạn đã quen với thu nhập hiện nay của mình. Bạn cũng quen dần như vậy với "phần nửa số lương tăng". Tốc độ tiết kiệm của bạn tăng rất nhanh bằng cách này với mỗi kỳ tăng lương, mà bạn không phải "thắt lưng buộc bụng".

NẾU BẠN TỰ LẬP

Người độc lập kinh doanh, sản xuất dịch vụ, trước hết là những người hành nghề tự do, thường hay khẳng định rằng họ không thể tiết kiệm một khoản cố định nào vì thu nhập của họ không ổn định. Phát biểu như vậy không chỉ là sai lầm mà thậm chí còn nguy hiểm. Bởi vì họ không vận dụng một quy tắc tài chính hết sức quan trọng đối với tư doanh.

Họ phải đồng thời vừa là một "hãng", vừa là một nhân viên. Sự tách bạch này họ phải nghĩ tới trước tiên, kể cả việc hạch toán. Do vậy họ cần ít nhất hai tài khoản khác nhau: một tài khoản của "hãng", một tài khoản cá nhân. Nhưng trước hết bạn phải đặt ra một kỷ luật, tự xem mình như một công chức bình thường.

Nếu "hãng" của bạn có những khoản lợi nhuận, thì những khoản này không thuộc về riêng cá nhân bạn, mà nó thuộc về "hãng". Bạn nên sống như một viên chức bình thường bằng một mức lương cố định hàng tháng. Hàng tháng, bạn hãy trích tài khoản cố định từ tài khoản của "hãng" chuyển sang tài khoản cá nhân của bạn. Bằng cách này những dao động về thu nhập của "hãng" không ảnh hưởng xấu tới việc xây dựng tài sản riêng và kế hoạch tài chính của bạn.

"Quỹ lương" của bạn không nên ấn định

quá cao. Nó chỉ nên chiếm khoảng 45% số lợi nhuận của năm liền kề. Vì bạn còn phải đóng thuế, hoạt động đầu tư và lập quỹ dự phòng. Vì vậy bạn hãy tư duy như một doanh nhân chứ không phải như một người làm công ăn lương. Bạn đừng cho phép những nhu cầu cá nhân ảnh hưởng tới sự thịnh vượng của "hãng" của bạn.

THẬT LÀ CÓ LỢI

Nếu bạn không thiết lập được mô hình tài khoản như đã nêu thì có thể bạn sẽ băn khoăn khi sử dụng tiền bạc của mình. Nếu bạn tiêu một đồng Euro, thì có khi bạn chẳng thực sự vui lòng vì nghĩ rằng: đồng Euro ấy nhẽ ra mình có thể tiết kiệm. Ngược lại, nếu bạn tiết kiệm đồng Euro đó thì lại nghĩ rằng mình nên tiêu nó là hơn.

Cơ cấu tài khoản đó mang lại cho bạn khả năng quản lý tiền bạc một cách hiệu quả. Bây giờ, bạn không còn phải phụ thuộc vào kỷ luật "phải thường xuyên tiết kiệm". Mô hình này đã giúp bạn làm việc đó. Chỉ có một điều bạn không được làm: không bao giờ được phép tiêu tới tiền vốn. Tốt nhất là bạn cứ hình dung nó không phải là của mình nữa, nó là "con ngỗng". Nếu bạn muốn cấu vào vốn, thì hãy nghĩ tới bác nông dân ngốc nghếch... Chẳng có

ai lại ngu xuẩn như vậy. Hoặc là? Bạn nghĩ sao?

Tất cả những gì liên quan đến việc xây dựng cuộc sống ấm no đã được lý giải. Điều trước tiên bạn phải tiết kiệm. Có thể bạn sẽ có thêm nguồn thu nhập. Có thể bạn có được một lãi suất cao hơn. Nhưng điều cơ bản vẫn là tiết kiệm. Nếu bạn đầu tư. Bạn hãy tính toán với đồng vốn, với lãi suất dài hạn 12% mình sẽ có được bao nhiêu. Giả sử bạn đã dành dụm được 50.000 euro. Gửi tiết kiệm với lãi suất 12 %, như vậy sau 24 năm bạn sẽ có khoảng 0,8 triệu euro.

Với lãi suất 12% năm, chẳng phải đấy là "quả trứng vàng" (tiền lãi) với mức bình quân 8.000 euro hàng tháng hay sao. Bạn lại không phải động chạm đến đồng vốn của mình. Và bạn đừng quên rằng: tất cả đều bắt đầu bằng 50.000 euro tiết kiệm. Cho dù ngay sau đó bạn không còn một đồng xu dính túi.

TIỀN LÀ QUAN TRỌNG

Tiền không phải là tất cả. Nhưng bạn có biết không: Lúc nào tiền trở nên quan trọng? Khi chúng ta không có đủ. Khi nỗi lo lắng về tiền nong thường xuyên chế ngự tâm trí chúng ta. Mặt khác chúng ta dành được nhiều khả năng bằng tiền bạc. Bạn thử nghĩ xem, điều gì sẽ biến đổi trong cuộc sống của bạn, nếu bạn có

thêm 5 triệu đồng Euro. Điều gì sẽ khác đi?

Có 5 lĩnh vực lớn của cuộc sống: sức khoẻ - quan hệ - tài chính - tình cảm - nghề nghiệp. Mỗi lĩnh vực đều quan trọng. Nếu chúng ta tiến bộ trong một lĩnh vực, thì mặc nhiên nó sẽ tác động đến các lĩnh vực khác. Khi chúng ta tự chủ về tài chính chúng ta nâng toàn bộ cuộc sống của chúng ta lên một cấp độ cao hơn nhiều.

Những hành động sáng suốt dẫn dắt chúng ta đi suốt cuộc đời, khiến chúng ta mừng vui và để giúp đỡ chúng ta. Cũng giống như vậy những hành vi kém thông minh theo đuổi chúng ta, để hành hạ và làm đau đớn chúng ta. Mọi sự quyết định đúng sai đều phụ thuộc vào sự sáng suốt của chúng ta. Tiền bạc, cũng như mọi thứ khác, nó có thể làm việc cho chúng ta hoặc chống lại chúng ta.

Nhiều người thông minh đã không bao giờ quan tâm đúng mức tới vấn đề tài chính của mình. Hậu quả là tình hình tài chính của họ rất bê bối. Điều đó là không lành mạnh. Chúng ta phải phát hiện tài chính một cách thông minh và nhanh chóng. Tiền bạc không được phép trở thành một sự khủng hoảng trong đời sống chúng ta. Tiền bạc phải là một động lực tích cực.

CỨU MANG

Chúng ta càng giàu có, thì trách nhiệm của chúng ta đối với người khác càng lớn. Tiền bạc của chúng ta không bao giờ là của riêng chúng ta. Chúng ta không thể hạnh phúc, nếu chúng ta làm ngơ trước những nỗi thống khổ của người khác trong cộng đồng. Chúng ta là một bộ phận của xã hội. Chúng ta chịu ơn những người khác rất nhiều và chúng ta cần cám ơn họ, bằng cách chúng ta cứu mang họ.

Nhiều người nói rằng: "Khi nào tôi thực sự giàu có và hạnh phúc, tôi cũng sẽ quyên góp ít nhiều. Bạn muốn trước hết tự cứu lấy mình". Nhưng cuộc sống không vận hành như vậy.

Người ta không thể nhận được trứng vàng chừng nào người ta còn chưa có ngỗng. Và người ta không thể thực sự hạnh phúc trong khi chỉ nghĩ tới mình. Chúng ta không thể gặt hái trước khi chúng ta gieo trồng. Bạn hãy nghĩ xem đồng tiền bát gạo của bạn có giá trị biết bao đối với những con người thực sự nghèo khổ. Giá bạn biết rằng với không đầy 8 euro, bạn có thể giúp đỡ cho những người sống ở những vùng nghèo khổ nhất thế giới một ca phẫu thuật mắt, giúp họ thoát khỏi mù loà. Khi chúng ta "cho" là lúc chúng ta phát đi tín hiệu vào vũ trụ: "Xin cám ơn, tôi có nhiều hơn là cái tôi cần. Tôi có thể san sẻ". Bằng cách này chúng ta có thể thụ

hưởng đồng tiền tốt hơn, vì chúng ta một mặt không quá coi trọng đồng tiền, mặt khác lại biết rằng đồng tiền có giá trị như thế nào đối với những người nghèo. Quyên góp tiền của là một minh chứng cho sự tin tưởng của bạn vào quy luật "dòng chảy năng lượng" của vũ trụ.

BẠN CÒN MÓN NỢ

Sớm hay muộn bạn cũng phải nhìn nhận dưới giác độ tài chính: Mình đã cố gắng ngần ấy năm để làm gì? Một lúc nào đấy mỗi người đều nhận ra rằng: chỉ riêng thu nhập cao chưa đủ đảm bảo cho sự an toàn. Một lúc nào đấy mỗi người đều muốn đạt tới đỉnh cao của sự tự do tài chính. Dưới góc độ tài chính có một đỉnh cao như vậy: đấy là lúc lợi tức tiền bạn đầu tư có thể nuôi sống bạn.

Người thành đạt biết rằng chỉ có tiền nong thôi không thể làm mình hạnh phúc, còn phải có cả sự tính toán thông minh với đồng tiền ấy. Tiền chỉ đến với những ai biết nâng cao trình độ quản lý nó.

Thực hành:

Hôm nay tôi muốn tính toán tối ưu với đồng tiền, bằng cách quyết tâm thực hiện các

bước dưới đây:

1. Từ hôm nay tôi sẽ luôn luôn tiết kiệm ít nhất 10% tổng thu nhập của tôi. Vì tôi biết rằng chỉ có đồng tiền mới có khả năng giúp tôi nuôi ngỗng. Hàng tháng tôi trích một tỷ lệ phần trăm số thu nhập để đóng thuế!

2. Tôi sẽ thiết lập một hệ thống tài khoản, nó đảm nhiệm thay tôi công việc tiết kiệm. Là người hoạt động kinh tế độc lập tôi phải phân định thêm chi phí hãng và chi phí cá nhân bằng cách tôi mở hai tài khoản tách biệt. Tôi thanh toán cho tôi một mức cố định được trích lập từ tài khoản của hãng cho tài khoản riêng của tôi. Tôi tìm cách chỉ sống bằng tối đa 45% lợi nhuận của mình.

3. Từ hôm nay tôi sẽ tiết kiệm. Tôi sẽ tự hỏi mỗi khi chi tiêu: "Liệu nó có thực sự cần thiết không?"

4. Tôi suy nghĩ hôm nay tôi có thể đóng góp ở đâu để có thể giúp đỡ người khác.

BÍ QUYẾT 27

KIÊN TRÌ TẠO DỰNG NỀN TẢNG CỦA BẠN

Trồng một cây tre đòi hỏi lòng kiên trì và đức tin. Người nông dân trồng tre chôn những đốt tre xuống đất. Tiếp đấy anh ta phủ thêm một ít cỏ khô lên bề mặt. Hàng sáng, người nông dân tưới táp cho những đốt tre nằm sâu trong đất. Thỉnh thoảng anh ta phải làm cỏ và xới đất. Và sáng nào anh ta cũng phải tưới nước. Bốn năm ròng rã, anh ta không thể nhìn thấy những đốt tre và cũng không hay biết liệu sự cố gắng của anh ta có được đền đáp hay không. Anh ta chẳng hề biết, liệu nó còn sống hay không.

Rồi cuối cùng vào cuối năm thứ tư những mầm măng đã nhoi lên khỏi mặt đất. Và chỉ trong vòng 90 ngày nó mọc cao 20 mét.

****

Nhiều người thay đổi nghề nghiệp vì họ không hài lòng. Họ không hài lòng với khả năng thăng tiến, với thu nhập của mình, với những công việc đơn điệu hoặc họ cảm thấy không được thử thách hay không được vui vẻ trong nghề nghiệp. Nhiều người muốn được làm một cái gì đấy đầy ý nghĩa để có thể học hỏi và trưởng thành hoặc xứng đáng để được mọi người nể trọng hơn.

Một hoặc nhiều vấn đề như thế cứ nổi cộm lên trở thành một mối bất bình kéo dài. Với việc chuyển đổi nghề nghiệp họ hy vọng giải quyết được những vấn đề đó.

Nhưng trong thực tế công việc mới không chỉ có những vấn đề hầu như tương tự lại nhanh chóng xuất hiện, mà còn thêm những vấn đề mới, những thách thức mới chen vào cuộc sống. Hoàn cảnh mới đòi hỏi ở họ nhiều hơn về phận sự, về trách nhiệm, về công việc, về sức lực và cả sự tập trung.

THỜI GIAN THÍCH NGHI

Khi bạn ra khỏi máy bay sau một chuyến bay dài 12 giờ, bạn cảm thấy mệt mỏi và trước hết phải tìm cách thích nghi với hoàn cảnh mới. Nhiều cái không quen. Bạn phải làm quen với việc chuyển đổi múi giờ. Sự thích nghi này đòi

hỏi một thời gian. Ai đó khi đảm nhiệm một nhiệm vụ mới đều phải trải qua một thời gian thích nghi như vậy. Chính trong thời gian thích nghi này nhiều người đã lại đầu hàng công việc họ mới dành được. Và do vậy họ đánh mất một cơ hội mới của cuộc sống.

Hễ khi nào chúng ta bắt đầu một cái gì mới, chúng ta cần nhận rõ 2 điểm quan trọng để không trở thành nạn nhân của "thời kỳ quá độ":

1. Bạn không nên ảo tưởng, mà phải hết sức cầu thị. Một công việc mới không giống như chơi xổ số, để qua đêm là bạn nhận được một khoản tiền lớn. Phần lớn sự lao động cực nhọc, tính kiên trì bền gan mới có ý nghĩa quyết định. Một sự tự chủ thường mở ra cho nhiều người một vận may lớn. Nhưng vận may này phải dày công phấn đấu.

2. Một người thành đạt không được phép chỉ tập trung vào những kỹ thuật giúp họ kiếm tiền nhanh nhất. Trước hết anh ta phải làm quen với những khái niệm về thành đạt, những "bí quyết để thành đạt". Ví dụ như anh ta phải biết rằng anh ta sẽ phải chịu đựng những thất bại và phải học cách xử lý nó. Anh ta phải tiếp thu "bí quyết của người thành đạt". Anh ta phải trở thành người đủ mạnh để thực hiện những ước mơ và kế hoạch của mình.

THÀNH CÔNG CÀNG LỚN THÌ NỀN TẢNG PHẢI CÀNG BỀN VỮNG

Thật là hấp dẫn khi ta quan sát một công trường xây dựng cao ốc. Một thời gian dài trông nó như chẳng có việc gì xảy ra. Tuy người ta có nhìn thấy nhiều công nhân có vẻ đang rất bận rộn và nghe tiếng động của các máy xây dựng cỡ lớn.

Rồi bỗng dưng giàn dáo lừng lững xuất hiện như vừa trải qua một đêm. Rất nhanh sau đấy những giàn dáo lắc lư biến thành những mảng tường kiên cố bằng kính và bê tông. Rồi một mái nhà được kéo lên trên cao ốc và công trình cây xanh được thiết lập. Và trước khi người ta hiểu ra mọi chuyện thì một khoảnh đất trống đã biến thành một toà nhà đồ sộ.

Đôi khi có vẻ như là những cao ốc nọ vừa mới được phóng lên trời qua đêm, thực ra nó đòi hỏi hàng tháng cho công tác khảo sát, thiết kế khẩn trương và thi công vất vả mới hình thành được.

Công việc cũng diễn biến tương tự như vậy khi xây dựng một công ty mới hay khai trương một doanh nghiệp mới. Những thành quả lâu dài chúng ta không thể một sớm một chiều tạo dựng được. Người ta xây một ngôi nhà bằng cách đặt viên gạch này lên viên gạch khác. Thành quả người ta "xây", bằng cách bắt

đầu với công việc của một ngày, với "bí quyết người thành đạt", với một nhận thức v.v...Cứ như vậy bạn xây dựng nền móng, những trụ bê tông, những mảng tường và cửa sổ cho thành quả của bạn.

Và việc đó không thể xảy ra qua một đêm được. Không có một cái gì giá trị lại có thể hoàn thiện trong vài ba tháng, vài ba tuần thậm chí vài ba ngày. Ai đó qua một đêm thức dậy mà trở nên giàu có chắc hẳn đã phải có nhiều ngày lao động vất vả trước đấy.

Nhiều người không muốn tiếp thu sự kiên trì, đức chịu đựng. Họ chỉ đặt ra mục tiêu nhỏ nhặt thay vì những chiến công hiển hách. Những thành quả to lớn không bao giờ có ngay. Nhưng nếu bạn thường xuyên và kiên trì làm việc vì nó, hết viên gạch này đến viên gạch khác chồng chất lên nhau, rồi bạn sẽ có một sáng thức dậy và trông thấy rằng mình đã hoàn thiện được một cái gì đó mà mình có thể hoàn toàn tự hào về nó.

SỰ KIÊN TRÌ GIÚP VƯỢT QUA THỜI GIAN THÍCH NGHI

Chúng ta có xu hướng nhìn mọi việc đều sáng sủa trước khi bước vào một công việc mới. Tiếp sau đấy mới tỉnh táo lại. Sếp không phải

lúc nào cũng thật thông cảm như lúc ban đầu, khách hàng thì không đơn giản thuyết phục, đồng nghiệp cũng chỉ là những con người. Đấy là những giai đoạn hoàn toàn bình thường mà chúng ta luôn phải trải qua, mỗi khi bắt đầu một công việc mới. Không có một công việc mới nào lại tươi sáng như người ta nhìn nó lúc ban đầu. Nhưng nó cũng không đến mức hết hy vọng. Nếu chúng ta muốn có kinh nghiệm xem công việc thực sự như thế nào, chúng ta không được quyền đầu hàng trong một giai đoạn mà mọi việc xem ra còn đen tối, hầu như hết hy vọng. Nhưng chúng ta nên nghĩ rằng việc gì có vẻ hết hy vọng thì hầu hết vẫn còn hy vọng. Bởi "không có việc gì khó chỉ sợ lòng không bền". Nó tuỳ thuộc cách lĩnh hội của chúng ta.

Ba chú ếch một hôm bắt gặp một bình kem sữa. Chẳng phải đắn đo lâu cả ba hứng khởi nhảy vào trong bình, nơi được xem như là thiên đường của chúng. Chúng bơi lội tung tăng trong bình và đánh nhau, ăn uống ầm ĩ no căng bụng. Khi chúng đã ăn no, bèn muốn rời khỏi bình kem. Lúc này chúng mới sợ hãi nhận thấy rằng thành bình quá cao và quá trơn. Khi chúng thấy mình ở trong một tình thế không lối thoát thì hai chú ếch đã chìm xuống đáy bình và chết đuối. Nhưng chú ếch thứ ba đã làm theo thói quen: không bao giờ đầu hàng. Nó vùng vẫy và chèo chống với tất cả sức lực loanh quanh trong

bình. dường như vô vọng. Nó kiệt sức dần. Rồi nó một lần nữa vùng vẫy với tất cả sức lực, và cố gắng gấp đôi. Bỗng nhiên kem sữa biến thành bơ (cứng) và chú ếch đã có thể nhảy ra khỏi bình.

Một nguyên nhân nữa khiến bạn không thể đầu hàng: bạn làm điều đó vì bạn tính đến là bất luận điều gì xảy ra trong công ty hoặc trong nghề nghiệp của bạn. Không bao giờ bạn được phép đầu hàng, chừng nào bạn chưa tìm hiểu hết mặt tích cực của nó. Bởi vì bạn đầu tư không chỉ vào trong công việc mà còn trước hết vào sự lớn mạnh của nhân cách. Bao giờ cũng vậy những gì xảy ra trong công việc xây dựng doanh nghiệp hoặc tiền đồ của bạn, bạn sẽ đều phát triển thêm một số kiến thức và khả năng mới. Những kiến thức và khả năng mà bạn mang theo suốt cả cuộc đời.

Những hoàn cảnh trớ trêu bất ngờ có thể cướp đi của bạn những gì bạn đã xây dựng. Những hoàn cảnh bất khả kháng mà bạn không thể xoay chuyển, có thể tàn phá nhà xưởng, trụ sở của bạn tới mức chỉ còn lại đống gạch đá và tro bụi. Nhưng không có gì và không có ai có thể cướp đi của bạn tri thức và nhân cách. Để là nhà triệu phú còn quan trọng hơn để có hàng triệu đồng. Khi bạn đã chiếm lĩnh được những khả năng làm ra hàng triệu đồng và sử dụng thông minh đồng tiền, thì không có gì có thể

xảy ra với bạn. Ngay cả khi bạn đánh mất tất cả, bạn lại có những thành quả mới trong thời gian ngắn nhất. Hạnh phúc chân chính đến với những người mà chúng ta là đại diện.

Bạn chớ đầu hàng trong thời gian để thích nghi với môi trường mới. Vấn đề ở đây không chỉ liên quan đến công việc, mà còn liên quan trước hết đến sự lớn mạnh trong nhân cách. Chúng ta cần thời gian để biến đổi có hiệu quả nền tảng, cơ sở của chúng ta. Hãy bắt đầu với việc thay đổi cách tư duy của chúng ta. Chúng ta phải học tập "bí quyết của người thành đạt". Học tập không có nghĩa là để gìn giữ cái gì đấy, học tập có ý nghĩa học làm cái gì đấy, mang tính rèn luyện kỹ năng. Một khi chúng ta đã xây dựng xong nền tảng, thì không có gì có thể cản trở chúng ta.

Người thành đạt không để cho thời gian thích nghi với công việc làm nản lòng. Họ đã chuẩn bị cho thời gian thích nghi và không đánh giá quá cao những kết quả của năm đầu. Nhưng họ chờ đợi những kết quả cực kỳ to lớn của thập kỷ sau. Họ biết rằng họ sẽ được đền đáp xứng đáng và họ đã vượt qua được thời gian thích nghi, thời gian thử thách.

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ bắt đầu kiên trì xây dựng nền móng của mình, bằng cách quyết tâm thực

hiện các bước sau:

1. Tôi hiểu rằng không nên xây dựng toà nhà trên một nền móng không được vững chắc. Vì vậy tôi sẽ tích cực làm những gì liên quan đến việc tạo "quán tính" cho mình và tôi duy trì phương pháp làm việc hàng ngày. Nhưng để có kết quả thì tôi phải kiên nhẫn. Tôi biết rằng mỗi toà nhà đều phải xây dựng từng bước một.

2. Bất luận điều gì xảy ra hôm nay: tôi sẽ không đầu hàng. Tôi biết rằng mỗi khi mình không thực hiện được một dự định tức là mình đã đầu hàng. Hôm nay tôi sẽ thực hiện tất cả những gì mình đã dự kiến. Hôm nay tôi sẽ không nhượng bộ.

3. Tôi nhằm vào những chiến công lớn thay vì những mục tiêu nhỏ nhoi. Trong năm tới tôi không đặt ra những mục tiêu quá lớn; nhưng đưa ra 110% sức lực. Trong vòng 10 năm tới tôi không đặt ra giới hạn. Hôm nay tôi sẽ suy nghĩ liệu mình có nên đặt mục tiêu 10 năm cao hơn nữa hay không?

4. Thời gian thích nghi không chỉ có trong nghề nghiệp, mà còn có ví dụ như trong thể thao hoặc trong công ty hiệp hội. Tôi sẽ suy nghĩ mình có đầu hàng trong một lĩnh vực nào của cuộc sống, chỉ vì mình đã coi thường thời gian thích nghi với môi trường mới.

BÍ QUYẾT 28
HÃY GẮN BÓ VỚI THẦN TƯỢNG

Giả sử bạn muốn làm một chiếc bánh ngọt ngon như chiếc bánh của một thợ làm bánh có hạng, bạn cần công thức chế biến và có lẽ phải tập làm một vài lần, trước khi bạn thành công. Nhưng nếu bạn tuân thủ theo từng chi tiết của công thức chế biến và cẩn thận thao tác, bạn sẽ đạt được kết quả gần bằng kết quả của thợ làm bánh. Ngay cả khi trước đây bạn chưa hề làm bánh bao giờ.

Có lẽ người thợ bánh đã mất công cả năm pha chế, thử nghiệm để cuối cùng tìm ra được công thức của mình. Bạn có thể tiết kiệm công sức lao động bao năm này bằng cách đơn giản tuân theo công thức của anh ta.

CHÚNG TA KHÔNG BAO GIỜ "ĐỘC LẬP"

Thời cổ Hy Lạp các bậc cha mẹ không đồng ý với việc con cái của họ chỉ được dạy dỗ

vài giờ trong ngày. Vì vậy họ đã thu xếp cho con em họ sống cùng với thầy giáo nhiều năm liền. Họ tin tưởng rằng việc chung sống hàng ngày với thầy giáo là một "trường học" ưu việt.

Không có gì tác động tới chúng ta mạnh hơn là những con người có quan hệ khăng khít với chúng ta. Điều đó thoạt tiên nghe có vẻ cường điệu. Nhưng đúng như vậy đấy. Chúng ta chỉ mới bắt đầu hiểu biết về bộ não người. Nhưng nó tồn tại một khả năng là chúng ta có thể tích luỹ được tất cả những gì xảy ra quanh ta. Như thể mắt chúng ta là máy quay phim và tai chúng ta là micrô. Chúng ta quay lại tất cả những gì "diễn ra" xung quanh chúng ta và có thể "phát" lại nó. Nói thật đơn giản chúng ta có thể so sánh tiềm thức của chúng ta với một băng cassette khổng lồ, trong đó được ghi lại tất cả những gì chúng ta trải qua. Không có gì bị mất đi. Có đúng không khi mọi việc đều được phát lại giống như những gì chúng ta ghi nhận? Vậy thì những điều khác lạ xuất hiện từ đâu? Bạn nghĩ sao về một con người thường xuyên nghe một băng nhạc Michael Jackson với hy vọng anh ta có thể một ngày nào đấy trở thành Mozart?

HÌNH THỨC HỌC TẬP TỐT NHẤT

Chúng ta hấp thụ từ những người trong cộng đồng nhiều hơn là chúng ta tưởng. Tuy người này người nọ có thể hy vọng rằng chúng ta chỉ tiếp thu ở những người khác những điều mà chúng ta muốn lĩnh hội. Nhưng thực ra chúng ta tích luỹ tất cả những gì chúng ta từng trải. Điều này xảy ra phần lớn dưới dạng vô thức. Điều đó hoàn toàn đúng, bởi vì những quá trình này tạo ra khả năng tốt nhất và hiệu quả nhất để học tập. "Tiếp thu" đôi điều và sau đó "biểu diễn" đôi điều cho phép chúng ta học tập cách đơn giản vô thức. Phương pháp học tập tự nhiên này là phương pháp chủ đạo, có nhiều ưu thế và là phương pháp chúng ta đang sử dụng trong các nhà trường.

Có thể bạn cũng biết một người nào đó đã cố gắng phí công một thời gian để học một ngoại ngữ. Sau đó anh ta đã đến một nước nói thứ ngôn ngữ đó sống một thời gian. Trong vòng vài ba tháng sau đấy anh ta đã có thể nói khá tốt ngôn ngữ đó. Không bao giờ chúng ta học được nhiều từ sách vở như qua phương pháp học tập này, một phương pháp được sử dụng nhiều nhất để đào tạo ở đất nước chúng ta: phương pháp học tập vô thức qua mô phỏng.

Trẻ con sống ở nước ngoài có thể nói tiếng mẹ đẻ. Và chúng nó tiếp thu bản sắc nền

văn hóa ở đó. Cả hai đều chẳng khó khăn gì đối với chúng. Bởi vì chúng học bằng cách bắt chước người khác. Tất nhiên chúng bắt chước trước tiên không phải bất cứ ai, mà là những người gần gũi với chúng nó đó là cha mẹ chúng. Như vậy, không phải nguồn gốc chúng ta quyết định như chúng ta suy nghĩ và cảm thấy, mà là hoàn cảnh xung quanh nơi ta khôn lớn.

TÌNH CẢM VÀ TƯ TƯỞNG CỦA NGƯỜI KHÁC

Điều xảy ra với chúng ta khi còn là trẻ con sẽ tiếp tục diễn ra trong suốt cuộc đời chúng ta. Thường xuyên chúng ta bị tác động. Thường xuyên có đôi điều được ghi vào "cassette" của chúng ta. Bao giờ cũng vậy, những gì được thu vào "cassette" tinh thần của chúng ta, sẽ xuất hiện trên màn hình cuộc đời của chúng ta.

Bạn hãy hình dung những người khác là những thợ điêu khắc đá và bản thân chúng ta là khối thạch cao: mỗi người thợ đẽo, gọt trên mình bạn để tạo hình bạn theo phong cách của họ. Sau mỗi lần gặp gỡ với bất cứ người nào bạn sẽ không còn nguyên vẹn. Mỗi một lần gặp gỡ luôn để lại một cái gì đó.

Đấy là vận hội để cách tân. Tình cảm và tư tưởng chúng ta bây giờ đã mang lại cho chúng ta những gì ta có hôm nay. Nhưng cũng

chính những tư tưởng và tình cảm này đang ngăn cản chúng ta trở thành những thần tượng mà ta hằng ao ước. Nghĩa là chúng ta không thể tồn tại nguyên vẹn, nhưng có thể trông chờ vào những kết qủa khác đi.

Nếu chúng ta muốn đạt được những kết qủa khác thì phải học tập, đổi mới tư duy và tình cảm. Chúng ta tiếp thu tư tưởng của những người khác, nếu chúng ta phát ngôn như những người nọ phát ngôn. Quá trình học tập cứ như vậy mà tiến xa hơn như ta hình dung ban đầu. Chúng ta "học tập" thường xuyên, và tiếp thu thực ra rất nhiều từ cách tư duy và từ tình cảm của những con người quanh ta.

SỰ BẤT LỢI: CHÚNG TA QUY NẠP TẤT CẢ

Phương pháp học tập này có một lợi thế lớn là chúng ta học tập ngẫu nhiên (vô thức) và thường xuyên. Nhưng nó cũng có nhược điểm là chúng ta không thể gạn lọc có ý thức những gì chúng ta muốn tích luỹ, một khi chúng ta đối diện với một tác động nhất định.

Ai đó phấn đấu để thành đạt và dù vậy vẫn không có kết quả thoả đáng, người ấy có thể đã chọn sai băng "cassette". Mỗi khi bạn gặp khó khăn để đạt được mục tiêu mong muốn, đấy là lúc bạn phải ấn nút "Stop" của "máy cas-

sette tinh thần", và đánh giá lại "băng cassette tinh thần" bạn vừa mới mở. Bạn đã ghi gì trong đấy? Có thể bạn sẽ nhận định cần phải thay đổi một vài băng. Hẳn còn chưa đủ khi bạn chọn "âm nhạc khác" để nghe. Bạn phải thu những giai điệu khác và muốn vậy bạn phải quan hệ gần gũi với những người, với nhiều người có những tính cách, những phẩm chất mà bạn muốn học hỏi.

SỰ HỢP LÝ

Nếu bản thân bạn cần được tư vấn: bạn nên hỏi ý kiến những người thành đạt hơn mình. Thật là vô nghĩa để lắng nghe loại người mà bản thân còn không biết nên chăng như thế nào. Bạn hãy noi gương những người thành đạt. Tất nhiên phải giải đáp câu hỏi: Người thành đạt là ai? Stanley là một định nghĩa đẹp đẽ về người thành đạt:

"Người đó đã trở nên thành đạt
Người sống đẹp, thường vui tươi dạt dào tình cảm
Người xứng đáng được mọi người kính trọng
Và tình yêu của các cháu trẻ thơ
Người hoàn tất nhiệm vụ của mình
Có họa, có thơ hoặc linh hồn cứu rỗi

Người biết đánh giá vẻ đẹp của hành tinh
Và không bao giờ quên ca ngợi nó
Người luôn nhìn thấy cái tốt của con người
Và luôn sẵn sàng hiến dâng cái tốt
Cuộc sống của người là một lời khích lệ
Tưởng nhớ tới người là ánh hào quang".

Chúng ta cần suy nghĩ những người nào ta muốn làm quen để học hỏi ở họ. Thật dễ dàng để thành đạt nếu chúng ta quan hệ gắn bó với những thần tượng của chúng ta: những người thành đạt. Bạn cũng cần tranh thủ những người đặt niềm tin nơi bạn. Niềm tin đó là một động lực mạnh mẽ thúc đẩy vô tư sự phát triển của bạn.

XÔ ĐỰNG TÔM

Nếu bạn thường gần gũi với những người thành đạt. Bạn sẽ nhận ra mình luôn tiến bộ. Nhưng không phải ai trong số những người quen của bạn cũng đón chào sự tiến bộ này. Thậm chí một số còn muốn ngăn cản bạn học tập và trưởng thành. Đã có khi nào bạn quan sát điều gì xảy ra, trong một tôm với cả trăm cả ngàn con có một con muốn nhảy ra khỏi xô? Những con khác giữ chân nó lại. Đơn giản vậy thôi. Một số người hành động như những con

tôm. Chẳng phải vì tức giận. Đơn giản vậy thôi.

Điều quan trọng là bạn không được để người khác "níu áo". Nếu những người xung quanh bạn cố tình kìm hãm bạn, thì còn lâu bạn mới có được những thành quả đáng kể. Vấn đề cũng có thể gay cấn như vậy đấy. Nhưng bạn chỉ có một cách lựa chọn, hoặc rời bỏ mục tiêu của mình, hoặc rời bỏ những con người muốn giam chân bạn. Bạn đừng tự trói buộc mình. Chúng ta không thể tự cứu mình và những người khác bằng cách kết thúc sự trưởng thành.

Ở đây chúng ta không đánh giá phẩm chất của những con người như vậy. Tất cả mọi người đều quý giá và có cá tính. Nhưng đôi khi họ không hợp nhau. Điều đó đáng buồn và đôi khi người ta phải hành động. Nhưng chúng ta đừng nên bao giờ nghi ngờ về phẩm chất của một người khác. Với kỷ luật chúng ta đưa thói quen vào cuộc sống. Tập quán giúp chúng ta hoàn thành những việc đúng đắn và quan trọng trong đời sống chúng ta một cách suôn sẻ và không nhọc nhằn. Kho báu của những tập quán đó chính là những con người mà ta tôn vinh và quan hệ gắn bó với họ. Có nhiều chiến lược cho mỗi lĩnh vực đời sống. Nếu chúng ta thông hiểu những chiến lược này, chúng ta có thể trở thành tài năng trong những lĩnh vực đó. Quá trình này tiết kiệm thời gian và công sức. Người ta phần lớn chỉ biết tôn vinh những anh hùng.

Nhưng rất ít người chịu nghiên cứu những chiến lược của họ và vận dụng nó vào cuộc sống của mình.

Người thành đạt quan niệm là một vận hội khi được quan hệ giao tiếp với những con người động viên, khích lệ họ. Tiếp cận và gắn bó với những người thành đạt luôn tác động và giúp đỡ chúng ta tiến bộ. Bản thân chúng ta cũng sẽ trở thành người thành đạt.

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ thu xếp để tiếp xúc với những thần tượng mà tôi có thể học hỏi nơi họ và quyết tâm thực hiện các bước sau đây:

1. Hôm nay tôi muốn trò chuyện với một người đã thành tựu được những điều mà tôi mong muốn.

2. Tôi muốn hoạch định những công việc trọng đại tích cực cho mình. Vì vậy hôm nay trở đi không xem những phim truyền hình vô bổ và không tiêu khiển suốt ngày với âm nhạc trong radio. Từ hôm nay tôi sẽ chọn lọc những gì sẽ "cóp nhặt" được.

3. Tôi dự định mỗi tháng một lần làm quen với những nhân vật mà mình có thể học hỏi ở họ.

4. Tôi sẽ suy nghĩ xem làm thế nào để có thể động viên những người quen biết. Tôi làm điều đó một cách thông minh chứ không "dạy đời".

5. Tôi sẽ tự vấn mình một cách nghiêm túc: mình đã tác động đến người khác như thế nào? Mình tự nêu gương hay chỉ là khuyến cáo?

BÍ QUYẾT 29
BIẾN NHỮNG BẤT CẬP THÀNH SỨC MẠNH

Một thủ lĩnh già kể cho một khách vãng lai về lịch sử hòn đảo quê hương ông ta trong biển Nam, hòn đảo bị nhấn chìm xuống biển sau một trận núi lửa: "Bộ lạc chúng tôi được chia thành bảy làng. Mỗi làng có một thủ lĩnh, người giữ gìn một bí mật đặc biệt. Nhưng hạnh phúc của bộ tộc chỉ được trọn vẹn khi chúng tôi có thể tận dụng tốt cả bảy bí mật nọ. Như vậy thì bảy làng nọ phải chung sống hoà bình với nhau.

Khi trận núi lửa bắt đầu, mỗi thủ lĩnh dồn cư dân của làng mình xuống một thuyền lớn, và mang họ đến nơi an toàn. Trong vùng nham thạch và khói bụi mịt mù dày đặc cả bảy con thuyền nhanh chóng thất lạc không tìm thấy nhau. Chúng tôi bị quây chặn tất cả các hướng. Thế rồi nhân dân chúng tôi bị xoá sổ".

Người khách vãng lai lấy làm ngạc nhiên: "Bởi các người chẳng bao giờ cử ai đó đi tìm sáu nhóm khác?"

"Có đấy, điều đó chúng tôi đã làm" - người

thủ lĩnh trả lời - "Chúng tôi đã nhiều lần cử thuyền với những người trinh sát đi, nhưng họ đã chẳng bao giờ quay về".

"Sao lại có thể xảy chuyện như thế?" - Khách vãng lai hỏi.

"Các người từng là những tay đi biển cự phách". Thủ lĩnh suy tưởng một lúc rồi nói rằng: "Không, tôi không tin rằng họ đã tử nạn. Có thể trên hành trình của mình họ đã tìm thấy một nơi, một miền đất làm họ rất đam mê tới mức quên cả nhiệm vụ và đã ở lại đó. Tôi tin rằng "đất lành chim đậu".

****

Khi tất cả mọi người biết chung lưng đấu cật thì họ sẽ giành được những thắng lợi to lớn. Những thổ dân nọ đã không hài lòng với bất cứ hoàn cảnh nào của đời sống họ. Và sự bất cập này đã biến thành một động lực.

Sự không hài lòng trong nghề nghiệp hầu hết do những nguyên nhân sau:

* Kém ý nghĩa và hấp dẫn
* Thu nhập quá thấp
* Không có khả năng thăng tiến
* Công việc buồn tẻ
* Có ít thách thức
* Thành tích ít được ghi nhận
* Không phát huy được tài năng

SỰ HÀI LÒNG GÂY RA LƯỜI BIẾNG VÀ VÔ CẢM

Người hài lòng thường khước từ sự tiến bộ. Trong thực tế, sự lười biếng và vô cảm được đề cao thành một khái niệm "sự hài lòng", nó kìm hãm sự trưởng thành. Đấy là một trong những nguyên nhân vì sao sự hài lòng lại có thể trở thành sự lừa dối trong cuộc sống dân dã, phổ biến nhất.

Trong thời gian người ta cảm thấy hài lòng thì năng suất của họ sẽ giảm sút và sự tiến bộ sẽ trì trệ. Chẳng mấy chốc xuất hiện những người khác tốt hơn anh ta. Bởi vì sẽ có những người không chịu bằng lòng với mình, anh ta sẽ phấn đấu nhiều hơn và sẽ vượt lên trước những người tự hài lòng. Tự hài lòng sẽ nhanh chóng biến thành một thứ nhà tù. Để thoát khỏi sự tù hãm đó đối với kẻ biếng nhác là rất khó khăn.

Bạn đừng bao giờ thoả mãn với mức độ của những thành công đã đạt được. Nếu thành quả của bạn không được nhân lên thì ắt nó phải giảm thiểu. Một tình trạng bất biến không tồn tại trong thiên nhiên cũng như trong hoạt động sản xuất, kinh doanh. Nếu muốn có sự thành đạt, bạn buộc phải luôn phấn đấu để lớn mạnh. Sự không hài lòng hay nói khác đi là sự bất cập sẽ là sức mạnh trong mọi hoạt động.

SỰ ĐỀN ĐÁP PHÁT SINH RA TỪ SỰ KHÔNG HÀI LÒNG

Sự không hài lòng (hay bất cập) là một động lực quan trọng. Bạn có thể gọi nó là tham vọng, sự mẫn cán hoặc nguyện vọng tự cải thiện. Sự không hài lòng là tự nhiên. Những người thường xuyên không thoả mãn là những người hạnh phúc nhất. Họ liên tục phát triển, cảm thấy hấp dẫn và đam mê. Vì vậy người Mỹ nói rằng: "Chịu đói để được tự do". Sự không thoả mãn là chìa khoá của tự do. Một người không tự bằng lòng biết rằng anh ta sẽ không bao giờ "đến nơi". Đối với anh ta con đường là mục tiêu. Như vậy anh ta có thể thưởng ngoạn lộ trình và tận hưởng mọi khoảnh khắc, biết ơn những thời khắc ấy. Một nhà thông thái từng hư cấu như sau: "Bạn hãy hình dung như chúng ta đi trên một chuyến tàu, chuyến tàu đưa chúng ta tới với sự hoàn thiện của bản thân. Tại mỗi điểm dừng một vài người rời khỏi tàu. Họ muốn thư giãn đôi chút và nghĩ rằng hành trình như vậy là đủ. Tạm thời dừng lại thì không thành vấn đề, nhưng một lúc sau chúng ta lại phải lên tàu, vì con tàu còn đưa chúng ta qua những vùng còn đẹp đẽ hơn và hấp dẫn hơn. Nếu ta không đi tiếp, thì chúng ta đã tự lừa dối mình về những điều thực sự bổ ích để chiêm nghiệm. Chúng ta đi càng xa thì kiến thức chúng ta càng

mở rộng như ông cha ta thường nói "đi một ngày đàng học một sàng khôn" là vậy. Bởi ai đã từng biết cái phi thường sẽ không còn lấy mức trung bình làm tiêu chuẩn cho mình".

TÌM KIẾM SỰ HỖ TRỢ Ở NHỮNG NGƯỜI KHÔNG TỰ THỎA MÃN

Nếu bạn muốn mở rộng hoạt động của hãng thì bạn phải tìm những con người muốn làm việc với bạn. Mỗi sự xây dựng nhanh chóng của một hãng chỉ khả thi, khi bạn động viên khích lệ những người khác giúp đỡ bạn.

Trong công việc này bạn hãy tìm gặp những người không hài lòng với bản thân. Một số người dễ dàng thoả thuận. Một số khác ít nhiều làm cao. Bạn phải xem xét kỹ lưỡng. Bởi vì bạn không nên hợp tác với những người thoả mãn với hoàn cảnh của mình.

Bạn hãy tìm những người không thoả mãn với thu nhập của họ. Không có gì thôi thúc họ mạnh hơn bằng đồng lương quá ít ỏi. Những người như thế bạn có thể giúp đỡ họ bằng cách tạo cho họ một dịp may, một cơ hội đẹp. Phần lớn mọi người thường chấp nhận ngay công việc đầu tiên mà họ được tuyển dụng và sống nhiều năm với công việc đó. Họ cũng chẳng quan tâm họ đang làm gì và tại sao họ cứ ở vậy? Tại sao

có những người cứ làm mãi một công việc mà họ không mấy hài lòng?

Câu trả lời rõ ràng: sự an toàn. Nếu người nào đó phải trang trải nợ nần và nuôi sống gia đình, thì thật khó khăn cho họ khi phải từ bỏ nghề nghiệp. Điều này chỉ xảy ra khi họ không có con đường thứ hai để chọn lựa.

Nếu bạn có một cơ hội đích thực, bạn có thể thuyết phục những người chưa hài lòng với bản thân, rằng họ không nhất thiết phải làm mãi một công việc mà họ thực ra chẳng thích thú chút nào. Điều tương tự cũng xảy ra đối với những người thoả mãn với mình, vì không có thách thức nào trong cuộc sống của họ. Bạn hãy mang lại cho những người như vậy một thách thức và bạn sẽ thấy ngạc nhiên kỳ lạ.

Bạn cũng nên chứng tỏ cho họ biết công việc mới sẽ rất thú vị. Đối với họ sẽ có một công việc hứng thú, vui vẻ để họ không còn có thể và không còn muốn tách rời thời gian nhàn rỗi và công việc.

Những người thành đạt chịu ơn những gì họ đang hiện hữu. Nhưng họ không thoả mãn, nếu như ngày mai họ mãi vẫn còn sống trong hoàn cảnh như cũ. Họ biết rằng tăng trưởng là một nhu cầu cơ bản của con người.

Thực hành:

Hôm nay tôi chấp nhận sự không hài lòng như là một động lực tốt và quyết tâm thực hiện các bước sau:

1. Tôi nói dõng dạc 5 điều hiện nay tôi đang mang ơn huệ. Mỗi khi tôi tập trung vào công việc này, những nỗi sợ hãi của tôi biến mất.

2. Tôi thừa nhận những bất cập của mình, vì nó là một động lực quyết định của tôi. Sự thoả mãn làm chúng ta đứng yên và chết dần. Sự không thoả mãn mang lại những kỳ vọng to lớn và khiến tôi sống xứng đáng. Vì vậy hôm nay tôi viết ra 3 công việc mà tôi nhất thiết phải đạt được.

3. Tôi không tìm cách thuyết phục những người không thỏa mãn. Tôi hiểu rằng, mỗi người đều có quyền sống như thế nào là phải theo quan niệm của họ. Nhưng tôi không bao giờ xấu hổ vì sự không bằng lòng của tôi.

4. Tôi biết rằng doanh nghiệp của tôi chỉ có thể lớn mạnh, nếu tôi có thể động viên khích lệ mọi người hợp tác với tôi. Hôm nay tôi sẽ để ý đến những người không tự thoả mãn với mình để có thể tạo cho họ một cơ hội tốt.

BÍ QUYẾT 30

HÃY LÀM CHIM ĐẠI BÀNG CHỨ ĐỪNG LÀ CON VỊT

Bạn hãy nhớ lại câu chuyện truyền thuyết Ấn Độ. Theo chuyện này thì trước tiên thượng đế đã tạo ra con sò rồi mới đến chim đại bàng. Thượng đế muốn cho con người một khả năng chọn lựa giữa cuộc sống buồn tẻ của một con sò và cuộc sống căng thẳng, hồi hộp của chim đại bàng.

Có lẽ bạn sẽ nói rằng "Sự chọn lựa quá đơn giản". Tất nhiên ai cũng muốn quyết định chọn cuộc sống của chim đại bàng. Thế mà vẫn có chuyện xảy ra mà chẳng ai tính đến. Nhiều người đã quyết định không đồng tình với cả đời sống con sò và đời sống đại bàng. Tuy họ muốn có những lợi thế của chim đại bàng, nhưng lại không muốn trả giá cho cuộc sống ấy. Vì vậy, họ đã tìm một sinh vật phù hợp với "những yêu cầu" của họ. Và cuối cùng họ đã tìm ra con vật đó: chú vịt.

NHỮNG CON VỊT

Nếu quan sát đại khái thì vịt tương tự đại bàng. Nhưng thực tế có những điểm khác nhau rất cơ bản về bản chất. Nếu bạn biết phải chú ý vào đâu, thì bạn lập tức sẽ nhận ra những con vịt. Ví dụ cả hai đều có thể bay. Nhưng trong khi đại bàng bay lượn trên bầu trời cao, thì chú vịt chỉ có thể bay là là mặt nước. Đặc tính khó chịu của vịt là tiếng kêu cạc cạc của nó. Quả thực nó kêu suốt ngày. Khi sáng sớm thức dậy nó kêu. Nếu nó muốn cho ăn, kêu. Nếu có gì đó không bằng lòng, kêu. Nếu những con khác tranh mất thức ăn của nó, kêu. Nếu nó không đạt được một kết quả nhất định, thì lại kêu. Kêu ca thay vì làm việc. Một ấn tượng xấu.

NHỮNG CHÚ VỊT TRONG CÔNG VIỆC

Chúng ta hãy xem xét một vài tình huống mà ta có thể nhận thức rõ ràng tính chất của một con vịt. Có lần nào bạn đi ăn sáng muộn 15 phút tại một khách sạn so với giờ quy định? Nếu bạn gặp phải một chú vịt thì người đó sẽ nói với bạn: "Tôi rất tiếc, nhưng ngài đến quá muộn. Ngài không đọc tấm biển treo ở bên ngoài hay sao"? "Điểm tâm chỉ đến 10 giờ". Cạc, cạc, cạc.

Một con đại bàng ngược lại sẽ hỏi bạn: "Đáng tiếc quầy điểm tâm đã thu dọn, tôi có thể bảo nhà bếp chuẩn bị nhanh cái gì đó ăn tạm? Ngài muốn dùng gì?".

Bạn có biết một siêu thị bán vật liệu xây dựng? ở đấy có đến 5.000m^2 mặt bằng và độc nhất một người bán hàng. Người bán hàng này không hiểu bằng cách nào đấy luôn luôn tiếp đúng có một vị khách. Phần lớn một ai đó đang xây dựng một nhà cao tầng. Điều gì sẽ xảy ra nếu bạn tiến đến và lịch sự ngắt lời: "Xin lỗi, tôi chỉ muốn hỏi: sơn gỗ màu nâu bày ở chỗ nào?". Thế là một con vịt sẽ trả lời bạn: "Ông không thấy là tôi đang tiếp khách đây à? Tôi chỉ có thể phục vụ một khách hàng. Xin mời ông chờ cho đến khi tôi quay lại. Cạc, cạc, cạc..."

Cách đây vài tháng tôi muốn đăng ký phòng nghỉ tại một khách sạn ở Atlanta. Tôi đã có đặt phòng trước và có cả xác nhận của khách sạn. Khi tôi đến đó thì đã hết phòng. Một nữ nhân viên lễ tân báo cho tôi hay rằng phiếu đặt phòng không còn hiệu lực vì khách sạn đã hoàn toàn quá tải. Nói xong rồi để mặc tôi đứng đấy.

Tôi đã khiếu nại. Nhưng điều duy nhất mà người nữ nhân viên nọ đáp lại là: "Nếu khách sạn hết phòng là vì nó hết phòng, tôi chẳng thể nào phù phép ra phòng cho ngài. Cạc, cạc, cạc". Cô ta chẳng muốn tiếp tục làm việc với tôi nữa. "A! Lại một con vịt đây." tôi nghĩ

như vậy. Vì vậy tôi đòi gặp cấp trên của cô. Cô ta lầu bầu có vẻ không bằng lòng: "Ông ta cũng chẳng thể nào nói khác với ngài được". Nói xong cô ta muốn biến vào đằng sau cánh cửa. Chắc chắn đằng sau cánh cửa này là một cái ao nuôi vịt và cô nàng lại quay về với bầy đàn của mình.

Tôi yêu cầu cô cho tôi gặp một đại bàng. "Một gì?:" cô ta hỏi lại. Tôi giải thích cho cô: "Cô cho tôi gặp một ai đó, người biết cách thu xếp mọi việc ổn thỏa". Rồi cô ta cũng hiểu ra. Người phụ trách lễ tân đến và thực sự là một chú đại bàng. Anh ta nói như sau: "Chúng tôi thực sự đã hết phòng. Chắc hẳn đây là một sự nhầm lẫn của khách sạn chúng tôi, tôi chỉ có thể xin lỗi ngài. Tôi có thể tìm được cách giải quyết nhanh nhất cho ngài. Tôi sẽ gọi điện ngay để tìm cho ngài một phòng tại một khách sạn tương xứng, nếu có chênh lệch giá phòng chúng tôi xin chịu phí tổn về phía chúng tôi. Tôi có được phép mời ngài dùng bữa tối trong nhà hàng của chúng tôi, trong khi tôi liên hệ?"

SỰ KHÁC BIỆT

Bạn có hiểu biết về đại bàng không? Đại bàng hành động trong khi vịt chỉ biết kêu la. Tiếng kêu của nó là biểu hiện của lời bào chữa, xin lỗi, lời ba hoa vô nghĩa, tiếng ca cẩm là cách

ăn vạ. Những con vịt đến một lúc nào đó phải thải hồi. Nó chỉ được mỗi việc: vỗ béo để giết thịt. Đại bàng ngược lại cần được khích lệ. Điều quan trọng là chúng ta không được giống những chú vịt và suốt ngày kêu ca, thay vì làm việc cho hiệu qủa. Và chúng ta cần loại trừ những chú vịt trong phòng ban, trong công ty hoặc trong đội tuyển. Quả thực có những người nghĩ rằng người ta cũng có thể động viên, khích lệ các chú vịt. Nhưng bạn biết không: rồi bạn có cái gì? Một con vịt được khuyến khích.

Dưới đây là một số khác biệt giữa vịt và đại bàng:

- Vịt nói: "Việc đó tôi không thể làm được"

- Đại bàng thì hỏi: "Làm thế nào mình có thể làm được điều đó?"

- Vịt là người thụ động - Đại bàng là người lạc quan.

- Vịt la cà trò chuyện về những kết quả xấu của mình - Đại bàng thông báo chủ yếu những điều tốt lành.

- Vịt chỉ làm những điều cần thiết nhất - Đại bàng bứt phá những dặm đường đặc biệt gây bất ngờ cho mọi người.

- Vịt làm việc chậm chạp với khẩu hiệu: "Tôi đang làm việc đây và không bỏ trốn" - Đại bàng hoàn thành mọi việc một cách nhanh nhất.

- Vịt biết hết mọi chuyện và tìm cớ để chẳng làm gì cả - Đại bàng hiếu học và không nề hà.

- Vịt tìm cách bào chữa - Đại bàng tìm cách giải quyết.

- Vịt không dám mạo hiểm - Đại bàng tuy đôi lúc có sợ hãi nhưng mặc dù vậy nó vẫn hành động. Nó can đảm.

- Vịt làm việc tắc trách - Đại bàng làm việc hết mình.

- Vịt nhìn thấy thách thức trong vận hội

- Đại bàng công nhận trong mỗi thách thức là một vận hội.

- Vịt nói xấu sau lưng người khác và cảm thấy thích thú - Đại bàng chỉ có nói tốt hoặc im lặng.

- Vịt cân nhắc rất lâu trước khi quyết định một vấn đề nhưng nhanh chóng "đánh trống bỏ dùi" - Đại bàng quyết định nhanh vì biết người biết ta và tin tưởng vào trực giác của mình.

- Vịt chú ý tới những khó khăn và kêu ca - Đại bàng tập trung vào những giải pháp và hành động.

- Tâm hồn của vịt nhớ lâu mọi việc bất bình xảy ra với mình và thù dai - Đại bàng đại xá.

- Vịt chờ đợi người ta cho ăn và nếu chưa đủ chúng lại kêu ca - Đại bàng đảm nhận hoàn

toàn trách nhiệm, và kiếm cho mình những gì mình muốn.

- Vịt chỉ yêu những gì nó có - Đại bàng chăm chỉ làm việc vì những gì nó yêu thích.

- Vịt hay bực bội vì những chuyện vặt vãnh nên hay bị kích động - Đại bàng xem mọi việc không mấy quan trọng.

- Đối với vịt cả thế giới chỉ là một ao nhỏ. Đại bàng bay tới những đỉnh cao nhất.

- Vịt chửi bới hoàn cảnh - Đại bàng biến đổi hoàn cảnh.

- Và v.v...

TÁC ĐỘNG TỚI NGƯỜI KHÁC

Vịt con học đòi gì ở bầy đàn của nó? Người ta cạc cạc như thế nào. Đại bàng ngược lại đòi hỏi đồng đội. Bạn đã khi nào quan sát, đại bàng chuẩn bị cho cuộc sống của nó như thế nào?

Trước hết đại bàng bố mẹ vứt hết những lông mềm lót tổ. Nó quẳng đại bàng con xung quanh tổ. Rồi nó vứt bỏ nốt lớp cỏ. Trong tổ không còn là nơi cư trú "thoải mái" nữa. Sau đó các cành cây con được phá bỏ. Những chú đại bàng con nằm chỏng chơ không mấy êm ái trên những nhánh cây xương xẩu. Chúng nó chịu đựng, thích nghi rất nhanh và chập chững tập

bay. Nếu có chú nhóc nào còn sợ sệt liền bị bố mẹ vứt ra khỏi tổ.

Nếu một chú đại bàng con nào không giang đôi cánh thì bố mẹ bay lao xuống theo dưới nó và mang nó trở về tổ. Nhưng chỉ liền sau đó lại quẳng chú ra khỏi tổ đến khi chú biết bay mới thôi.

Xung quanh một con đại bàng, những người khác phải lớn lên. Đại bàng không chịu nổi sự yên bình và thói lười biếng. Nó nghe ngóng và chờ đợi căng thẳng xung quanh vùng nó sinh sống. Nó đòi hỏi thế giới quanh nó.

Vì vậy đại bàng là những thuyết khách và có nhân cách của người lãnh đạo. Cuộc sống và những người quanh chúng khích lệ chúng. Chúng muốn gây ảnh hưởng. Lúc nào chúng cũng muốn biến đổi một điều gì đó, một cái gì đó tốt đẹp hơn lên. Có lẽ đấy là nguyên nhân vì sao đại bàng được kính trọng như vậy và trở thành biểu tượng của vô số quốc huy nhiều nước. Chúng ta rất muốn noi gương đại bàng. Những người thành đạt sống như đại bàng. Con vật nào bạn đưa lên huy hiệu cuộc sống của bạn?

Thực hành:

Hôm nay tôi sẽ triển khai khả năng của mình để sống như chim đại bàng, bằng cách quyết tâm thực hiện các bước sau:

1. Tôi quyết định bây giờ lập tức đọc lại

cuốn sách này từ đầu. Mỗi ngày một chương. Những chương tôi tạm thời chưa mấy quan tâm, tôi sẽ bỏ qua.

2. Hôm nay tôi sẽ bình tĩnh đọc lời bạt của cuốn sách và suy nghĩ về nó.

3. Tôi đòi hỏi thế giới quanh tôi. Tôi tập trung kỳ vọng vào những người có ý nghĩa ít nhiều tới đời tôi. Qua đó có thể không phải tất cả mọi người đã bằng lòng với tôi. Nhưng tôi giúp họ "biết bay".

4. Tôi suy nghĩ xem bức tranh lý tưởng về một người thành đạt của tôi có dáng dấp như thế nào. Bằng cách tôi trả lời câu hỏi: tôi đã tìm ra con đường dẫn đến những tư tưởng sâu sắc về những phẩm chất tốt đẹp của riêng mình chưa?

5. Tôi thừa nhận rằng không thể có một bí quyết thành đạt nào xác định chung cho tất cả mọi người, nên tôi phải định hướng vào một số phẩm chất nhất định của mình để xác định những bí quyết riêng cho mình làm kim chỉ nam cho cuộc sống.

LỜI BẠT

Sự thành công đích thực không bao giờ chỉ có ở một phương cách. Bao giờ nó cũng có một thành tố bề ngoài và một thành tố bên trong. Trong xã hội chúng ta, những đặc điểm bề ngoài thường được chú trọng hơn. Trong văn học chúng ta cũng bắt gặp mối tương quan này trong một chủ đề thú vị: "Con người sẵn sàng bán đứng nhân cách để mua lấy vinh quang và địa vị". Quả là dễ dàng hơn để đạt được thành công bề nổi, bằng cách người ta tự phản bội mình. Trong lĩnh vực này đã có nhiều người mang tai tiếng vì đã đặt mục tiêu của mình lên trên tất cả, họ "trèo lên lưng người khác" và do đó giàu có lên rất nhanh, và cũng chóng có địa vị.

Con người hiếu thắng, họ thường quay lưng lại với những yêu cầu của người khác. Điều đó cũng giải thích vì sao một số người xấu lại có rất nhiều quyền lực. Những ai vì thành công bề nổi mà coi thường tất cả, thường thờ ơ trước những tình cảm của người khác. Nhưng đây không phải là sự thành công, mà là sự vị kỷ.

Chúng ta không được phép đặt những thành công bề ngoài lên trên những nhu cầu nội tại của chúng ta. Chúng ta cần những thành công có chiều sâu. Nó phù hợp với động cơ tự nhiên của chúng ta là liên tục phát huy những phẩm chất tốt đẹp và sống hết mình. Những phẩm chất ấy ở trong chúng ta đó là: lòng biết ơn, tình yêu, sự hoà thuận, niềm vui, sự thông minh, đức khiêm tốn, tinh thần trách nhiệm và tính sẵn sàng giúp đỡ.

Những ai ức chế những phẩm chất tốt đẹp và tự "bán" mình, sẽ không bao giờ thực sự hoàn thiện. Tự lừa dối mình và nội tâm bất an là giá quá đắt để có được sự thành công bề ngoài. Mặt khác, sự yên ổn trong tâm hồn chưa thể đảm bảo cho chúng ta thành đạt những gì ta mong muốn. Chúng ta cũng không được phép phủ nhận những nguyện vọng bề nổi của bản thân chúng ta. Chúng ta phải cho phép chúng ta ước muốn nhiều hơn. Nghệ thuật sống của người thành đạt là biết tính toán. Vì vậy bí quyết để thành đạt liên quan tới cả hai thành tố. Qua đó, đôi lúc có vẻ như một vài bí quyết này mâu thuẫn với những bí quyết khác, nhưng sự thật là nó liên quan tới những nghịch lý cấu tạo nên toàn cục. Vậy nên đôi lúc ta phải thừa nhận: "đường vòng" dẫn tới đích nhanh hơn.

Cuốn sách này không có tham vọng đã hoàn thiện. Cuộc sống quá phong phú và đa

dạng nên chúng ta không thể giới hạn nó vào trong một vài phương pháp. Người thành đạt cũng không khẳng định rốt cuộc mình đã có được trong tay sự thông minh. Họ biết vận dụng và biến hoá nó. Vì họ biết rằng mọi sự thật luôn luôn có mặt trái của nó.

Những người thành đạt có lòng khoan dung, họ không đòi hỏi sự tuyệt đối hoặc sự hoàn mỹ, họ không cầu toàn trong hạnh phúc. Họ ý thức được mỗi chặng đời bình thường đều có thể mang lại niềm vui. Họ lợi dụng mọi khoảnh khắc và tận hưởng nó để hoàn thành những công việc to lớn hơn.

Người thành đạt tận hưởng cuộc sống của mình. Và họ sống theo bí quyết để thành đạt, những bí quyết của riêng họ. Vì đối với họ nó là kim chỉ nam cho niềm vui sống tối đa.

Mỗi khoảnh khắc ta sống như một người thành đạt đều là những khoảnh khắc đáng sống. Những tiêu chuẩn mà chúng ta đặt ra khi thực hiện các bí quyết thành đạt rất cao. Tôi phải thú nhận với bạn rằng hầu hết các bí quyết bản thân tôi cũng chưa quán triệt đầy đủ. Trên thang điểm 1 đến 100, có những ngày tôi đạt được 94 điểm, cũng có ngày chỉ 74. Tôi hy vọng bạn sẽ không thất vọng. Tôi cũng không tin rằng có ai đó đạt được cả 100 điểm trong tất cả mọi hoàn cảnh cuộc sống. Điều đó hoàn toàn phù hợp với ý tưởng: chúng ta tiếp cận các bí

quyết càng nhiều càng tốt. Vì vậy điều quan trọng là luôn luôn phải ôn luyện các bí quyết: qua đấy chúng ta mới hình dung được con người mà chúng ta mơ ước trở thành.

Tôi chân thành chúc bạn có một cuộc sống ấm no, hạnh phúc và can đảm của một người thành đạt. Điều đó không phải lúc nào cũng đơn giản, nhưng bạn sẽ được đền đáp xứng đáng. Người thành đạt trên thế giới này không phải là đa số, nhưng bằng cách nào đó họ hấp dẫn lẫn nhau và gặp gỡ nhau. Tôi muốn chia tay cùng các bạn với bài thơ của một tác giả không tên tuổi:

Chúc bạn có thời gian...

"Chúc bạn có thời gian xây cuộc đời tuyệt đẹp
Chúc bạn có thời gian hưởng niềm vui tràn đầy
Chúc bạn có thời gian vươn tới những vì sao
Chúc bạn có thời gian để tin yêu, hy vọng
Xin bạn đừng lỡ nhịp, gác lại những tháng ngày
Chúc bạn có thời gian để tìm lại chính mình
Chúc bạn có thời gian hưởng tháng ngày hạnh phúc

Chúc bạn có thời gian lòng khoan dung rộng mở
Chúc bạn có thời gian để bách niên giai lão".

Bodo Schafer của bạn

LỜI CÁM ƠN

Trên vai người khổng lồ các chú lùn nhìn được xa hơn. Phần nghiên cứu của tôi về những sự thật và thực tế quá khứ đã dẫn đến những thành công và thành tựu hãy còn khá khiêm tốn. Trước tiên tôi chỉ muốn là cậu học trò.

Thế rồi tôi bắt tay vào việc ghi chép những điều các thầy giáo và các bậc tiền bối đã dạy cho tôi. Không có họ thì cuốn sách này không thể ra đời. Tôi đặc biệt cám ơn các tiến sĩ Winfried Noack, Peter Hovelmann, Daniel S.Pena, Shami Dhilion và Walter Mobius. Đồng thời xin cám ơn những người khác về câu chuyện có thực của bản thân họ, cũng như kiến thức và sự thông tuệ của họ đã là sự khích lệ và sức mạnh giúp tôi cầm bút. Tôi cũng xin chuyển sự biết ơn đến Nhà xuất bản Phổ thông Frankfurt, đặc biệt tới tiến sĩ Andreas Lukas và bà Danja Hetjens. Ngay từ khi bắt đầu, họ đã đặt niềm tin vào cuốn sách này. Đối với họ cũng như đối với tôi, những "bí quyết để thành đạt" vượt ra ngoài khuôn khổ một cuốn sách.

Tôi chân thành cám ơn nữ giáo sư

Christine Volkmann, bà Sibylle Berg, bà Greta Andreas và bà MehtiYavus về sự cộng tác không mệt mỏi của họ. Thật là thiếu sót nếu tôi không cám ơn các độc giả và những người tham gia hội thảo. Hàng ngàn độc giả đã viết thư cho tôi và khích lệ tôi viết cuốn sách nói về sự thành đạt, đồng thời đã giúp đỡ tôi chọn lọc từ sự phong phú của các bí quyết để có những bí quyết quan trọng nhất.

MỤC LỤC

LỜI NHÀ XUẤT BẢN

LỜI NÓI ĐẦU.....8

Bí quyết 1: Dám quyết.....13

Bí quyết 2: Học tập và trưởng thành vững chắc.....24

Bí quyết 3: Hãy sống hết mình cho hôm nay.....35

Bí quyết 4: Hãy tập trung vào những hoạt động sản xuất kinh doanh có lãi.....47

Bí quyết 5: Hãy trở thành một nhân vật thành đạt.....57

Bí quyết 6: Cứ làm đi.....68

Bí quyết 7: Xử đúng với Stress.....7C

Bí quyết 8: Hãy tìm cách vượt khó.....86

Bí quyết 9: Đừng chế mới một bánh xe.....99

Bí quyết 10: Hãy tạo quán tính.....109

Bí quyết 11: Hãy ước mơ và sống với giấc mơ.....120

Bí quyết 12: Chú ý tới sức khỏe.....131

Bí quyết 13: Chớ nản lòng trước mọi khước từ.....139

Bí quyết 14: Thao tác 110%.....150

Bí quyết 15: Lớn lên cùng những vấn đề của bạn.....158

Bí quyết 16:Vừa làm sếp vừa làm nhân viên.....171

Bí quyết 17: Hãy đặt ra cho mình những mục tiêu.....184

Bí quyết 18: Hãy cho người khác những gì họ cần.....196

Bí quyết 19: Đừng để mình bị phân tâm.....209

Bí quyết 20: Hãy gương mẫu trong công việc.....218

Bí quyết 21: Hãy bắt đầu moi việc quan trọng nhanh nhất.....230

Bí quyết 22: Hãy đảm nhiệm trọng trách.....239

Bí quyết 23: Học cách xử lý sợ hãi.....250

Bí quyết 24: Hãy tập trung vào thế mạnh của mình.....259

Bí quyết 25: Hãy cho quà và tha thứ.....273

Bí quyết 26: Tính toán khôn ngoan với đồng tiền.....284

Bí quyết 27: Kiên trì tạo dựng nền tảng.....295

Bí quyết 28: Hãy gắn bó với thần tượng.....304

Bí quyết 29: Biến những bất cập thành sức mạnh.....314

Bí quyết 30: Hãy là chim đại bàng chứ đừng là con vịt.....321

LỜI BẠT.....330

LỜI CẢM ƠN.....335

BÍ QUYẾT ĐỂ THÀNH ĐẠT

Chịu trách nhiệm xuất bản
Lê Quốc Trung

Chịu trách nhiệm bản thảo
Đoàn Tử Diễn

Biên tập
Đồng Quang Tiến
Mạnh Thường

Trình bày
Trần Nguyễn Thu Trà

Sửa bản in
Thanh Tú

In 4.000 cuốn, khổ 13x19cm. Giấy chấp nhận ĐKKHXB số 460/XB - QLXB/43/XBTT. In tại Xưởng in Giao Thông - NXB GTVT.

In xong và nộp lưu chiểu tháng 5-2002

BÍ QUYẾT để

Thành đạt

NHỮNG ĐIỀU BẠN SẼ HỌC ĐƯỢC KHI ĐỌC CUỐN SÁCH NÀY:

** Bạn sẽ trở thành người tự tin hơn.*
** Bạn nhất định đạt được mục đích của mình trong một thời gian ngắn.*
** Chắc chắn bạn sẽ gặt hái được thành công trong nghề nghiệp.*
** Bạn sẽ có cuộc sống ngày càng tốt đẹp hơn.*
** Bạn sẽ trở thành một con người tích cực được mọi người chú ý.*
** Bạn sẽ hiểu về mối quan hệ tiền bạc và khả năng thu nhập chính đáng.*

NHÀ XUẤT BẢN THÔNG TẤN
79 LÝ THƯỜNG KIỆT - HÀ NỘI
ĐT: 9.422.153 - 9.422.154 - Fax: (04) 9.422.196
Chi nhánh phía Nam:
120 Nguyễn Thị Minh Khai - Quận 3 - TP.HCM
ĐT: 08. 9.303.373
Fax: 08. 9.306.471

GIÁ: 33.000đ