

TEO AIK CHER

CẨM NANG CỦA BẠN TRẺ NGÀY NAY



Why
Take Action?

TẠI SAO PHẢI
HÀNH ĐỘNG?



NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

TEO AIK CHER

CẨM NANG CỦA BẠN TRẺ NGÀY NAY



Why
Take Action?

**TẠI SAO PHẢI
HÀNH ĐỘNG?**

First Step



NHÀ XUẤT BẢN TRẺ

Tại sao phải hành động

Tác giả : Teo Aik Cher

Ebook miễn phí tại : www.Sachvui.Com

Lời mở đầu

Đã bao giờ bạn nhìn thấy sao băng và ước 1 điều gì đó với hy vọng nó sẽ trở thành hiện thực?

Hay bạn có từng mơ ước trở thành ngôi sao trong lớp hay trong các hoạt động ngoại khóa? Liệu những giấc mơ này có trở thành hiện thực không nếu chúng ta cố sức mong mỏi? Chao ôi, xác suất để điều này xảy ra thật là ít ỏi. Nhưng bạn có thể hỏi rằng : vậy còn những trường hợp mà giấc mơ và điều ước đều trở thành sự thật thì sao?

Có thể 1 vài trường hợp thành công là do may mắn, hoặc do 1 tấm lòng nhân ái, hay thậm chí là sự trợ giúp từ thần thánh. Còn sự thật thì 99% sự việc xảy ra đều do ý chí của con người.

Điều này mang đến cho chúng ta 1 câu hỏi lớn : “Mọi người đã làm những gì để điều đó xảy ra?”. Và câu trả lời chính là : “Họ thực hiện bước đi đầu tiên và hành động”.

Là 1 người “trẻ đã về hưu”, tôi hiểu những khó khăn và rắc rối mà các bạn trẻ phải đối mặt khi dong buồm trên hành trình học hỏi và khám phá. Đôi khi, trước sự đòi hỏi và kỳ vọng của cha mẹ, thầy cô cũng như của chính mình, các bạn không biết phải làm gì và bắt đầu như thế nào.

Vì thế mà cuốn sách này ra đời. Được bổ sung bằng những hình vẽ minh họa dí dỏm và các câu chuyện thú vị, nó sẽ cho bạn thấy các lý do để hành động, cũng như những gợi ý hữu ích để bắt đầu. Chúng ta sẽ khám phá các

bước cần thiết để bắt đầu hành động, cũng như thái độ và kỹ năng cần có để duy trì và phát triển quá trình này. Các gợi ý và chiến lược này đã được thử nghiệm và kiểm chứng qua những doanh nhân thành đạt và các bạn trẻ thành công. Vậy, hãy bắt đầu hành trình khám phá bí mật của thành công bằng việc dành thời gian đọc cuốn sách này và áp dụng những chiến lược trong đó.

Nhưng trước khi chúng ta bắt đầu chuyến đi hào hứng này, tôi muốn chia sẻ với các bạn 1 câu chuyện

Chim họa mi

Có 1 con chim họa mi nọ lúc nào cũng ca hát. Thậm chí, ngay cả khi mùa đông đang đến và tất cả các con chim khác đều tắt bật xây tổ, cô nàng vẫn không mấy may lo lắng mà vẫn tiếp tục ca hát. Nhiều loài chim khác khuyên cô hãy bắt đầu chuẩn bị cho mùa đông nhưng cô vẫn vô tư không nghĩ ngợi gì.

“Tôi sẽ ổn mà. Tôi sẽ sưởi ấm cơ thể mình bằng giọng hát tuyệt vời của mình.” - Họa mi trả lời.

Rồi mùa đông dần trở nên khắc nghiệt, chim họa mi phải trải qua những đêm đông lạnh buốt. Nhưng khi bình minh đến, cô nàng trở lại bình thường và tiếp tục ca hát say sưa.

Cuối cùng, vào 1 đêm nọ, tuyết bắt đầu rơi ...

Buổi sáng hôm sau, các loài chim chờ đợi tiếng hát thanh thoát của họa mi như thường lệ nhưng không gian lại yên ắng 1 cách lạ thường.

Chim họa mi đã lìa đời.

Bạn thấy đấy, khi thời khắc hành động đến, chúng ta không nên chần chừ và nghĩ rằng mình vẫn còn khối thời gian, như cô nàng họa mi kia ...

Vậy nên, bạn đừng giống như họa mi. Hãy hành động!

Chương 1 :Đặt mục tiêu

Ebook miễn phí tại : www.Sachvui.Com

“Ý tưởng là những thứ nhỏ bé vui nhộn nhưng nó sẽ không chịu làm việc nếu bạn không hành động.”

“Mục tiêu = Một đích đến hay ý định mà bạn dự định đạt được.”

1.1. Ai cần đến mục tiêu

Hãy tưởng tượng 1 người thợ săn đang bắn hạ những con vịt trời. Với khẩu súng trong tay, anh ta nhìn lên và chẳng thấy gì trên trời cả.

Để hành động, chúng ta cần phải xác định rõ mục tiêu của mình là gì. Nếu không có mục tiêu, người thợ săn sẽ chẳng biết mình nên bắn vào đâu. Anh ta không thể chỉ bắn lên trời và cầu mong sẽ bắn trúng được 1 con chim. Tương tự, nếu không có mục tiêu rõ ràng, chúng ta sẽ không biết mình muốn đạt được điều gì ở trường cũng như trong cuộc sống. Đúng là chúng ta vẫn có thể hành động và cố gắng đấy, nhưng những hành động của ta sẽ chẳng đi đến đâu cả.

Vậy nên, mục tiêu là điều thiết yếu. Đó là điều đầu tiên chúng ta phải nghĩ đến trước khi bắt tay vào hành động.

1.2. Tầm quan trọng của việc đặt mục tiêu

Hãy hình dung chúng ta không có bất kỳ 1 mục tiêu nào cả. Vậy cuộc sống của chúng ta sẽ ra sao? Vâng, chắc chắn là ta sẽ vô tư hơn và chẳng phải lo nghĩ gì cả. Nhưng điều gì sẽ xảy ra nếu tình trạng này kéo dài? Chúng ta sẽ dần trở nên chậm chạp và mất động lực. Có thể cuộc sống lúc đó của ta diễn ra rất êm đềm, nhưng sẽ chẳng có thứ gì đáng cho ta trông chờ cả.

Chúng ta đặt ra mục tiêu vì nhiều lý do khác nhau. Khi còn là thanh thiếu niên, bạn có thể nhắm đến việc đạt điểm cao trong các kỳ thi, cố gắng về

nhất trong cuộc đua xuyên quốc gia hoặc cố gắng sục vùi cân. Dù đó là gì đi chăng nữa thì việc đặt ra mục tiêu vẫn rất quan trọng vì những lý do sau :

1. Mục tiêu chỉ cho ta đường đi đến đích

Mục tiêu cũng giống như mũi tên chỉ đến 1 hướng nhất định. Nó đóng vai trò dẫn đường cho chúng ta, để ta biết mình đang đi về đâu. Nó như là bàn cho ta thấy điều gì quan trọng cần đạt được trong cuộc sống. Nếu không có mục tiêu, ta sẽ chẳng đạt được điều gì cả. Những người thành công thường đạt được điều họ mong muốn bằng cách xác định rõ mục tiêu cho bản thân. Chẳng hạn, những nhà khoa học vĩ đại như Thomas Edison - phát minh ra bóng đèn - và Alexander Graham Bell - phát minh ra điện thoại - đã đặt cho mình mục tiêu sáng chế ra những thứ có thể cải thiện cuộc sống con người.

Cố gắng đạt mục tiêu cũng đồng thời giúp ta giữ vững thành công của mình. Điều này có nghĩa là một khi đã đạt mục tiêu, ta sẽ có 1 điều gì đó để trông chờ.

2. Mục tiêu cho phép ta thúc đẩy bản thân

Việc có được mục tiêu cũng giúp ta liên tục tiến về phía trước. Thường thì quá trình thực hiện mục tiêu đem lại cho ta nhiều điều hơn là kết quả cuối cùng. Quá trình đó giúp ta nhận ra tiềm năng đích thực của mình và vươn tới tầm cao hơn. Chẳng hạn, điều gì sẽ xảy ra nếu ta làm 1 bài kiểm tra mà không đặt ra mục tiêu cụ thể cho mình? Chúng ta hầu như sẽ chỉ đạt được điểm trung bình mà thôi, thậm chí còn bị điểm kém nữa. Nhưng nếu chúng ta đặt mục tiêu cụ thể cho mình, có thể là 90/100 điểm chẳng hạn, thì ta sẽ cố gắng hết sức để đạt được điều đó. Ngay cả khi ta không đạt được số điểm đó như mong muốn thì kết quả của ta cũng ở mức gần đó.

3. Tập trung vào những điều quan trọng

Ngoài ra, mục tiêu cũng giúp ta tập trung vào những điều quan trọng với bản thân mình và gạt bỏ những điều gây xao lãng. Chẳng hạn, nếu có 1 số công việc cần làm, ta cần xếp loại chúng theo thứ tự ưu tiên và chú ý đến chúng nhiều hơn. Theo cách đó, chúng ta sẽ không đi chệch hướng vì những việc kém quan trọng hơn.

4. Tạo sự tự tin

Và cuối cùng, khi đạt được mục tiêu đã đề ra, sự tự tin của ta sẽ tăng lên. Khi đó, chúng ta có thể nhắm đến những mục tiêu lớn hơn và đạt được thành công lớn hơn.

1.3. Các loại mục tiêu

Sau khi hiểu rõ tầm quan trọng của việc đặt mục tiêu, câu hỏi tiếp theo là : chúng ta nên đặt loại mục tiêu nào cho mình? Câu trả lời là : chúng ta có thể đặt mục tiêu theo hạng mục. Chẳng hạn :

- Mục tiêu học vấn
- Mục tiêu sức khỏe
- Mục tiêu mối quan hệ
- Mục tiêu gia đình
- Mục tiêu sự nghiệp
- Mục tiêu tài chính

Ngoài cách phân loại này, chúng ta cũng có thể đặt mục tiêu theo khung thời gian, như :

- Mục tiêu ngắn hạn - từ 1 năm trở xuống
- Mục tiêu trung bình - từ 1-5 năm
- Mục tiêu dài hạn - từ 5 năm trở lên

Mỗi người đều có 1 mục tiêu khác nhau. Chẳng hạn, 1 học sinh sẽ đặt mục tiêu học vấn của mình là xếp hạng nhất toàn trường. 1 bạn trẻ khác đang đi làm có thể đặt mục tiêu sự nghiệp của mình là trở thành người quản lý trong 2 năm. Dù thuộc trường hợp nào đi chăng nữa thì việc có được 1 mục tiêu trong đầu chính là bước đầu tiên để chúng ta đi đến thành công.

1.4. Viết ra giấy

Đến đây, hẳn bạn đã hiểu tầm quan trọng của việc đặt mục tiêu và các loại mục tiêu. Vậy thì bước tiếp theo sẽ là gì? Câu châm ngôn : “Đừng nghĩ, hãy viết ra” thật đúng. Nếu những mục tiêu đó chỉ nằm trong suy nghĩ của bạn, chúng sẽ mãi là suy nghĩ. Nhưng một khi đã viết ra giấy, mục tiêu của bạn sẽ trở nên cụ thể hơn và bạn sẽ dần nhìn thấy được chúng.

Câu chuyện dưới đây sẽ cho chúng ta thấy tầm quan trọng của việc đặt ra mục tiêu và đạt được nó.

Câu chuyện ở Đại học Harvard

Vào năm 1979, 1 cuộc nghiên cứu được thực hiện tại trường Đại học Harvard. Các học viên trong lớp Thạc sĩ Quản trị Kinh doanh được hỏi về mục tiêu của họ trong tương lai cũng như kế hoạch và cách thực hiện chúng. Đáp lại, chỉ có 3% học viên viết ra mục tiêu và kế hoạch của mình, 13% có mục tiêu nhưng không viết ra và 84% còn lại không có mục tiêu rõ ràng nào cả.

10 năm sau, năm 1989, lớp học viên đó được tập hợp lại. Các nhà nghiên cứu nhận ra rằng nhóm 3% có ghi rõ ràng mục tiêu cho mình có thu nhập cao gấp 10 lần nhóm 97% những người không viết ra mục tiêu.

Câu chuyện trên cho thấy tác dụng to lớn của việc viết ra mục tiêu. Vì vậy, bạn hãy bắt đầu viết ra mục tiêu của bạn ngay từ hôm nay.

1.5. Hãy nhắm đến mặt trăng, nhưng cũng phải biết giới hạn của mình

Bạn đã nghe câu danh ngôn : “Chúng ta nên nhắm đến mặt trăng, để nếu có thất bại thì chúng ta cũng ở đâu đó giữa các vì sao”. Đây là 1 quan niệm tốt. Tuy nhiên, bạn cần hiểu rằng dù mục tiêu mà bạn đặt ra cho mình có thể lớn lao nhưng điều quan trọng là nó phải nằm trong khả năng của bạn. Vậy, nếu mục tiêu của bạn là xuất sắc trong 1 môn thể thao nào đó thì bạn cần ước lượng trình độ hiện tại của mình và tập luyện dần lên. Chẳng hạn, nếu muốn đá bóng và sút phạt hay như David Beckham, bạn không thể mong nó xảy ra chỉ sau vài buổi luyện tập được. Beckham đã phải trải qua nhiều năm vất vả tập luyện để có thành tích như hôm nay. Vì thế, bạn cần phải nỗ lực thực

sự nếu muốn được như Beckham. Việc lấy David Beckham làm hình mẫu là điều tốt nhưng chúng ta cần phải tập luyện cật lực để đạt được tầm như anh ấy. Ngay cả khi không đạt được mục tiêu đó thì nỗ lực mà bạn bỏ ra cũng sẽ giúp bạn thi đấu tốt hơn.

Những mục tiêu đầy tham vọng nhưng có tính khả thi sẽ giúp bạn nâng cao năng lực bản thân. Dù chưa thành công thì bạn cũng đừng bỏ cuộc, vì chắc chắn cuối cùng bạn sẽ đạt được mục tiêu ấy bằng sự chăm chỉ và nỗ lực hết mình.

1.6. Hãy chắc rằng bạn đã đặt mục tiêu cho mình

Cha mẹ và thầy cô thường kỳ vọng rất cao ở chúng ta, và đôi khi họ còn đặt ra mục tiêu cho ta nữa. Họ thật lòng quan tâm đến ta nên mới làm như vậy. tuy nhiên, bản thân chúng ta cũng cần phải hiểu và tin vào những mục tiêu đó, nếu không, ta sẽ không có được niềm đam mê và động lực để đạt được nó.

Bạn sẽ cảm thấy ra sao nếu ai đó đặt ra mục tiêu cho bạn nhưng đó lại không phải là điều bạn muốn? Tôi chắc chắn rằng bạn sẽ chẳng cảm thấy dễ chịu gì khi phải thực hiện những giấc mơ hay hoài bão của người khác. Vì thế, bạn nên tự đặt ra mục tiêu cho mình. Khi bạn không làm điều đó, những người thân quanh bạn có thể sẽ áp đặt kỳ vọng của họ lên bạn.

Vì vậy, việc tự đặt mục tiêu cho bản thân là điều rất quan trọng. Hơn nữa, quá trình đặt mục tiêu này cũng giúp ta xác định điều gì là quan trọng với mình.

1. Quá nhiều mục tiêu?

Dù việc nhắm đến mục tiêu là điều rất quan trọng nhưng việc có quá nhiều mục tiêu lại không tốt chút nào. Hãy tưởng tượng 1 người thợ săn đang săn vịt trời. Nếu không tập trung vào 1 mục tiêu cụ thể, anh ta sẽ không bắn trúng con vịt nào cả và chắc chắn sẽ về nhà tay không. Do đó, chúng ta cần biết và xác định những mục tiêu ưu tiên của mình.

2. Làm sao để tìm ra mục tiêu?

Việc đề ra mục tiêu đòi hỏi ta phải suy nghĩ và cân nhắc cẩn thận. Nhiều người đề ra mục tiêu nhưng lại không suy xét xem liệu mục tiêu đó có thực tế hoặc có khả năng đạt được hay không. Khi mọi chuyện diễn ra không suôn sẻ, họ sẽ làm gì? Họ sẽ đổi mục tiêu hoặc từ bỏ hoàn toàn. Mặc dù linh hoạt là điều đáng khích lệ, đặc biệt khi chúng ta vấp phải khó khăn, nhưng chúng ta không nên quá linh hoạt đến nỗi liên tục thay đổi mục tiêu của mình. Nếu điều đó xảy ra, chúng ta sẽ chẳng bao giờ đến được đích.

3. Chuyện viết cuốn sách đầu tiên của tôi

Khi tôi viết cuốn sách đầu tiên - Tại sao lại chần chừ? - tôi đã tự đặt ra mục tiêu cho mình là sẽ viết, vẽ minh họa và xuất bản nó trong vòng 1 năm. Mặc dù quá trình đó rất dài và khó khăn khiến tôi phải nhiều đêm thức khuya dậy sớm nhưng nhờ có mục tiêu rõ ràng nên tôi tiếp tục thực hiện nó.

Khi viết xong cuốn sách, tôi lại phải đối mặt với 1 khó khăn khác là tìm nhà xuất bản. Đây không phải là việc dễ dàng bởi hầu hết các nhà xuất bản đều không muốn ký hợp đồng với 1 tác phẩm đầu tay. Sau vài tháng bị từ chối và trả lại, cuối cùng cũng có 1 nhà xuất bản nhận ra tiềm năng của cuốn sách, và thế là nó đã được xuất bản.

Vậy mục tiêu mà tôi đặt ra đã tiếp sức cho tôi thực hiện được ước mơ viết và xuất bản cuốn sách của tôi.

1.7. Mục tiêu thông minh - SMART

Điều quan trọng trong việc đặt ra mục tiêu là xác định các yếu tố SMART của nó. SMART có rất nhiều mức độ, nhưng nhìn chung nó đề cập đến những yếu tố sau :

- **Cụ thể - Specific** : Hãy chắc chắn rằng các mục tiêu mà bạn đề ra đều rõ ràng để bạn có thể hướng đến. Mục tiêu mơ hồ là điều không thể chấp nhận được.
- **Có thể đánh giá - Measurable** : Hãy chắc chắn rằng bạn có thể đánh giá được mục tiêu của mình. Nếu không, bạn sẽ khó xác định được nó.

- Có thể đạt được - Achievable : Đây là điều rất quan trọng bởi những mục tiêu mà bạn không thể đạt được sẽ cản trở bước tiến của bạn.
- Thực tế - Realistic : Bạn có thể nhắm đến những mục tiêu cao nhưng hãy chắc chắn rằng mục tiêu đó thực tế và có thể đạt được.
- Có thời hạn - Time-based : Những mục tiêu không có thời hạn khiến bạn mất rất nhiều thời gian mới có thể đạt được nó, và thậm chí chẳng bao giờ đạt được bởi bạn chẳng biết khi nào cần phải hoàn tất nó cả.

Dưới đây là ví dụ về cách 1 bạn trẻ đặt ra và đạt được mục tiêu thông minh.

1. Vượt qua bài kiểm tra tiếng Anh

Jamie là 1 du học sinh và cô thường gặp khó khăn với môn tiếng Anh. Cô thường bị điểm thấp trong các bài kiểm tra và bài thi, nhưng cô quyết tâm sẽ học tập thật tốt. Vậy nên cô đặt ra mục tiêu Thông minh cho mình như sau :

- Cụ thể : Vượt qua được kỳ thi cuối học kỳ.
- Đánh giá : Đạt ít nhất 50/100 điểm trong kỳ thi.
- Có thể đạt được : Vượt qua kỳ thi là điều có thể đạt được.
- Thực tế : Theo khả năng, Jamie tin rằng mục tiêu đó không vượt quá tầm tay nên rất thực tế.
- Thời hạn thực hiện : Jamie có khoảng 4 tháng để đạt mục tiêu của mình.

Sau khi đặt ra mục tiêu là vượt qua kỳ thi cuối học kỳ, Jamie chăm chỉ học tập để đạt được nó. Nhờ vào sự kiên trì và nỗ lực của mình, lần đầu tiên cô vượt qua được bài thi tiếng Anh. Giờ đây, khi đã tràn đầy tự tin, cô đặt 1 mục tiêu Thông minh khác, đó là đạt điểm ưu trong học kỳ quốc gia. Với mục tiêu rõ ràng như vậy, Jamie lại học hành cật lực và cuối cùng đạt điểm A2 (Singapore : điểm A1 cao nhất và F9 thấp nhất) trong kỳ thi tiếng Anh. Đó là một kết quả tuyệt vời đối với Jamie - người phải đánh vật với môn này từ lúc đầu.

Câu chuyện của Jamie cho thấy rằng, khi chúng ta đặt ra những Mục tiêu Thông minh cho mình thì ta đang bước từng bước nhỏ trên con đường đạt được nó. Những mục tiêu Thông minh cũng cho ta thấy bức tranh toàn cảnh về mục tiêu cũng như nhận định về sự tiến triển của mình. Sự tiến triển này sẽ rất rõ ràng nếu ta thực sự nỗ lực để gặt hái được thành quả. Một khi đã đạt được mục tiêu Thông minh, chúng ta có thể đặt ra nhiều mục tiêu lớn hơn để vươn lên những đích cao hơn.

2. Hãy thử cách làm sau

Hãy nghĩ ra danh sách những mục tiêu mà bạn hy vọng sẽ đạt được. Bạn có thể xếp chúng vào các nhóm mục tiêu Ngắn hạn, Trung bình và Dài hạn. Bạn cũng có thể phân nhóm theo loại mục tiêu. Hãy ghi nhớ là càng cụ thể càng tốt.

Sau đây là 1 số ví dụ :

Mục tiêu Học vấn ngắn hạn của tôi là cải thiện điểm môn tiếng Anh của mình từ 50 lên 70 điểm từ bây giờ cho đến kỳ thi giữa kỳ.

Mục tiêu Sự nghiệp dài hạn của tôi là trở thành nhân viên kế toán sau khi tốt nghiệp đại học.

- Mục tiêu Ngắn hạn của tôi là (trong vòng 1 năm)
- Mục tiêu Trung bình của tôi là (1 - 5 năm)
- Mục tiêu Dài hạn của tôi là (hơn 5 năm)

Kết luận : Chúng ta sẽ lạc lối nếu không có 1 khái niệm rõ ràng về điều mà ta mong muốn. Vậy nên hãy đặt ra mục tiêu cho mình và nhắm đến nó!

Chương 2 :Tìm ra hướng đi

“Nếu bạn thất bại khi lên kế hoạch, nghĩa là bạn đã lên kế hoạch để thất bại.”

“Hướng đi = Phương pháp hay kế hoạch để thực hiện 1 điều gì đó.”

Ở chương trước, chúng ta đã đề cập đến khái niệm mục tiêu - bước đầu đi đến thành công. Tiếp theo, chúng ta sẽ khám phá cách để đạt được mục tiêu đó.

2.1. Cứ làm đi a? Nhưng làm như thế nào?

Đã bao giờ bạn cảm thấy mình có quá nhiều việc để làm và bạn rất muốn thực hiện chúng nhưng lại chẳng biết bắt đầu từ đâu? Hay đã bao giờ bạn bắt đầu 1 công việc mà thấy nó chẳng tiến triển gì và cuối cùng phải bỏ cuộc?

Hầu hết chúng ta đều ít nhất 1 lần trải qua những trường hợp trên, nhưng chỉ số ít người có thể vượt qua được chúng và hoàn thành công việc 1 cách tốt đẹp. Bí mật thành công của những người này chính là nhờ vào hướng đi hay kế hoạch của họ.

Trong mọi vấn đề, chúng ta đều cần tìm ra hướng thực hiện. Trong thể thao, chúng ta thường thấy các huấn luyện viên vẽ sơ đồ và hoạch định chiến thuật để đánh bại đối phương. Chẳng hạn, Phil Jackson - cựu huấn luyện viên của đội Chicago Bull (1 đội bóng rổ của giải NBA), đã tìm ra lối chơi hiệu quả cho đội của mình. Ông cho các cầu thủ trong đội chơi xung quanh cầu thủ siêu sao Michael Jordan để hỗ trợ đặc biệt cho anh. Dưới sự dẫn dắt của Phil Jackson, đội Chicago Bulls đã giành được 6 danh hiệu vô địch NBA trong tầm tay.

Đã bao giờ bạn phải viết 1 bài tiểu luận nhưng sau đó gặp rắc rối vì thiếu dàn ý chưa? Nếu có thì không phải chỉ mình bạn rơi vào trường hợp đó đâu! Tôi cũng từng bắt tay vào viết tiểu luận ngay khi được giao. Tôi viết bất kỳ

ý tưởng nào nảy ra trong đầu mình mà chẳng để ý gì đến bố cục chung cả. Và kết quả là bài tiểu luận của tôi mất cân đối và rối tung lên.

Có 1 câu nói mà tôi thấy cực kỳ hữu dụng là : “Lên kế hoạch ưu tiên thích hợp để tránh được hiệu quả kém”. Câu nói này rất có ý nghĩa và vô cùng dễ nhớ. Nếu không lên kế hoạch ngay từ đầu, làm sao chúng ta có thể đạt được hiệu quả công việc tốt nhất đây?

Do đó, việc tìm ra hướng đi là điều rất cần thiết để giúp ta nhận diện mục tiêu của mình. Chúng ta cần tính toán bước đi cụ thể để đạt được mục tiêu đó.

2.2. Tầm quan trọng của hướng đi

Có rất nhiều lợi thế khi bạn có được 1 hướng đi. Dưới đây là 5 lợi thế chính :

1. Giúp ta suy nghĩ và xác định những vấn đề chính : Chẳng hạn, nếu ta lên kế hoạch cho 1 buổi tiệc, ta cần phải nghĩ đến chủ đề của buổi tiệc cũng như danh sách khách mời, địa điểm, thức ăn, ...

2. Giúp ta lên kế hoạch thực hiện : Để buổi tiệc thành công, chúng ta cần lên kế hoạch chi tiết, chẳng hạn như khi nào thì gửi thư mời, cần đặt bao nhiêu thức ăn, ...

3. Giúp ta tính toán đến các khả năng : Tìm ra hướng đi sẽ giúp ta tự đặt câu hỏi : “Điều gì xảy ra nếu ...?”. Chẳng hạn, chúng ta có thể tự hỏi rằng : “Điều gì xảy ra nếu nhiều bạn bè của mình không thể tham dự buổi tiệc? Liệu mình có thể bảo với nhà hàng cung cấp thức ăn kịp hay không?”; “Chuyện gì xảy ra nếu mình thay đổi thời gian của buổi tiệc? Liệu việc đó có làm cho nhiều người đến dự hơn không?” ...

4. Giúp ta xác định thế mạnh cũng như điểm yếu của mình : Chúng ta có thể nhận ra những thế mạnh cũng như điểm yếu khi lên kế hoạch cho buổi tiệc, chẳng hạn như ta có khả năng nghĩ ra các trò chơi trong buổi tiệc nhưng lại không có năng khiếu trong việc thỏa thuận giá cả.

5. Giúp ta tiết kiệm thời gian và chi phí : Việc xem xét tất cả các vấn đề của buổi tiệc sẽ giúp ta tiết kiệm được thời gian và tiền bạc. Chẳng hạn, nếu chúng ta thấy rằng nơi cung cấp thức ăn cần ít nhất 3 ngày để chuẩn bị thì ta có thể yêu cầu bạn bè của mình xác nhận thông tin dự tiệc trước 1 tuần để tổng kết lại số khách mời. Nhờ đó, ta sẽ tiết kiệm được thức ăn cũng như những chi phí không cần thiết khác.

2.3. Mô hình KISS

1 hướng đi có thể đơn giản hoặc phức tạp. Bản thân tôi thích nó đơn giản vì hầu như chúng ta ít khi ghi nhớ được những điều quá phức tạp. Mô hình KISS nhắc chúng ta phải “làm cho nó gọn và đơn giản” (Keep It Short and Simple). Đây là 1 ý tưởng rất hữu ích và cần thiết khi ta hình thành hướng đi mới. Chúng ta thường vẽ ra cho mình hướng đi quá phức tạp trong khi điều đó vừa khó hiểu lại vừa khó bắt đầu.

Tôi còn nhớ 1 sinh viên tên là Alex - người thường nghĩ ra những hướng đi phức tạp và công phu mỗi khi lên kế hoạch cho 1 việc gì đó. Có lần, anh lên kế hoạch cho 1 dự án dịch vụ công cộng có liên quan đến rất nhiều tổ chức và cá nhân. Mạng lưới truyền thông của anh ta trở nên cực kỳ phức tạp khi anh cố gắng quản lý vì mô từng bước của kế hoạch. Và kết quả là anh cảm thấy hết sức rối rắm.

Từng bước nhỏ

Thành Rome đâu phải chỉ được xây chỉ trong 1 ngày. Những công việc khác cũng tương tự như vậy, chúng ta phải thực hiện từng bước một. Chúng ta phải học bò trước khi học chạy. Và 1 kế hoạch cần được chia nhỏ ra thành từng bước đơn giản.

2.4. Các bước của 1 hướng đi - Phương pháp 5W

Chúng ta có thể dùng “Phương pháp 5W” để xây dựng con đường tiến đến mục tiêu của mình. Sau đây là các câu hỏi hướng dẫn có thể giúp ta xây dựng hướng đi cho mình :

1. Why - Tại sao lại làm điều đó? - Chúng ta cần hiểu mục đích của mình khi thực hiện mục tiêu.

2. What - Thực hiện điều đó bằng cách nào? - Chúng ta phải xem xét những cách thức mà ta có thể thực hiện để đạt được mục tiêu.

3. Who - Nó liên quan đến ai? - Đôi khi, mục tiêu của ta có liên quan đến những người khác. Do đó, ta cần tìm hiểu chi tiết hơn về những người này.

4. When - Khi nào thì hoàn tất? - Phải có thời hạn để thực hiện công việc. Nếu không, bạn sẽ chẳng bao giờ hoàn tất công việc của mình cả!

5. Where - Chúng ta cần tìm nguồn hỗ trợ ở đâu? - Chúng ta phải biết mình cần tìm đến an và tìm những công cụ cần thiết cho công việc của mình ở nơi nào.

2.5. Kế hoạch của tôi cho cuốn sách này - Sử dụng “Phương pháp 5W”

Khi viết cuốn sách này, tôi đã áp dụng “Phương pháp 5W”. Mục đích của tôi khi bắt tay vào viết nó là giúp các bạn trẻ nhận thức được các bước đi cũng như chiến lược để đạt được thành công (trả lời câu Why).

Có rất nhiều cách để viết 1 cuốn sách và cách rõ ràng nhất là viết theo trình tự từ đầu đến cuối. Nhưng tôi lại chọn cách xây dựng các đề mục chính trước (trả lời câu hỏi What). Sau khi đã có ý tưởng rõ ràng về cuốn sách, tôi mới xây dựng những đề mục phụ cho mỗi chương. Từ đó, tôi có được 1 khung sườn để viết. Sau đó, tôi chỉ việc lấp đầy những đề mục phụ bằng các nội dung liên quan. Chẳng cần thiết phải viết cuốn sách này theo thứ tự vì điều này có thể khiến tôi mất nhiều thời gian hơn. Khi mất cảm hứng, tôi chọn cách viết các chương khác trước. Cách thức này khiến tôi trở nên linh hoạt hơn trong việc viết sách.

Vì cuốn sách này sẽ được nhà xuất bản biên tập nên tôi cần phải tuân theo 1 số quy chuẩn nhất định để quá trình đó diễn ra dễ dàng và trôi chảy hơn (trả lời câu hỏi Who).

Thời hạn đã được nhà xuất bản đặt ra nhưng tôi vẫn tự đặt cho mình những thời hạn nhỏ để có động lực hoàn tất công việc (trả lời câu hỏi When).

Và khi cần thu thập thông tin hoặc sự kiện liên quan đến cuốn sách thì internet và thư viện là 2 nơi tôi thường tìm đến (trả lời câu hỏi Where).

Như vậy, nhờ vào “Phương pháp 5W” cùng với 1 hướng đi rõ ràng và đúng đắn, tôi đã hoàn tất việc viết cuốn sách này trong thời hạn mà tôi đặt ra cho mình.

2.6. Trở nên linh hoạt

Một khi đã xây dựng được hướng đi cho mình, chúng ta có thể dựa vào đấy để tiến hành. Nhưng đôi lúc, vì không lường trước được nên có thể ta sẽ gặp phải những trở ngại.

Chẳng hạn, khi ta đang chuẩn bị cho 1 buổi biểu diễn hòa nhạc hoặc 1 trận đấu quan trọng nhưng đột nhiên ngay sau đó ta lại bị cảm. Điều này sẽ ảnh hưởng đến kế hoạch chuẩn bị của toàn đội, và ta cần phải linh hoạt hơn. Ta cần hồi phục càng sớm càng tốt và cố gắng tập luyện bù. Điều đó đồng nghĩa với việc ta phải hạn chế thời gian chơi game và tán gẫu với bạn bè. Đây là sự hy sinh cần thiết nếu ta muốn thành công.

Hãy trở nên linh hoạt và thay đổi hướng đi của mình khi cần thiết. Nếu gặp phải chướng ngại, chúng ta cần thay đổi con đường đi đến mục tiêu của mình. Và chúng ta cần thường xuyên kiểm tra xem liệu mình có đi sai đường hay không?

2.7. Bây giờ, bạn hãy thử :

Bây giờ, chúng ta hãy thử áp dụng những gì vừa học nhé. Nhưng trước hết, hãy trả lời câu hỏi sau :

- 1) Bạn đã bao giờ làm điều gì đó mà chẳng chuẩn bị gì chưa?
- 2) Kết quả như thế nào?
- 3) Và kết quả sẽ ra sao nếu bạn có 1 hướng đi rõ ràng?

Có thể câu trả lời của bạn ở câu hỏi 2 sẽ chẳng mấy tốt đẹp. Thậm chí ngay cả khi nó đem lại kết quả tốt chẳng nữa thì việc tìm ra 1 hướng đi vẫn là điều rất quan trọng bởi nó có thể mang đến cho bạn 1 kết quả tốt hơn nữa.

Và bây giờ, hãy sử dụng “Phương pháp 5W” và nghĩ ra 1 hướng đi cho mục tiêu của mình - mục tiêu mà bạn đặt ra ở chương vừa rồi.

“Phương pháp 5W”

- Tại sao lại làm điều đó?
- Thực hiện điều đó bằng cách nào?
- Nó liên quan đến ai?
- Khi nào thì hoàn tất?
- Cần tìm nguồn hỗ trợ ở đâu?

Kết luận : Khi có được hướng đi rõ ràng, nghĩa là chúng ta đã giành được một nửa chiến thắng.

Chương 3 :Năm bí quyết

“Tất cả những điều được gọi là Bí quyết thành công sẽ chẳng có ý nghĩa nếu bạn không hoạt động.”

“Bí quyết = Những kiến thức, kỹ năng và nguồn hỗ trợ cần thiết để hoàn thành cũng như đạt được mục tiêu đã đề ra.”

3.1. Tầm quan trọng của bí quyết

Một khi đã tìm ra mục tiêu và hướng đi cho mình thì nhiệm vụ tiếp theo của ta là tìm hiểu xem làm thế nào để đạt được mục tiêu đó. Đây là lúc ta cần tin tưởng vào bí quyết của bản thân mình. Như đã nói trong phần định nghĩa, bí quyết ở đây chính là những kiến thức, kỹ năng và nguồn hỗ trợ cần thiết giúp ta hoàn thành 1 mục tiêu nào đó. Trong đa số trường hợp, kiến thức cũng như kỹ năng sẵn có của chúng ta đủ để ta hoàn thành những công việc dễ dàng như gửi email hay viết báo cáo (với điều kiện ta đã có kinh nghiệm và được huấn luyện từ trước). Tuy nhiên, nếu ta có 1 dự án lớn đòi hỏi kiến thức chuyên ngành thì ta phải tìm kiếm những dạng bí quyết khác bên cạnh những gì mình có.

Có được và tìm thêm bí quyết khi cần thiết chính là bước hành động tiếp theo. Nếu không làm vậy, hướng đi của ta chẳng có gì ngoài 1 mảnh giấy cả. Vì vậy, hãy biến những ý tưởng trên giấy thành sự thật đi nào.

Nền tảng của bí quyết

Kinh nghiệm là yếu tố rất quan trọng có thể giúp ta tiếp thu bí quyết. Nhưng điều thiết yếu chính là nền tảng giáo dục của bản thân ta. Giáo dục mang lại cho ta hệ thống kiến thức, phát triển tư duy cùng kỹ năng phân tích - những yếu tố quyết định trong việc giải quyết vấn đề. Giáo dục cũng mang đến cho ta kiến thức chuyên ngành trong lĩnh vực mà ta quan tâm hay các lĩnh vực liên quan đến sự nghiệp tương lai của ta.

3.2. Không thử thách, chẳng thành công

Chúng ta phải đầu tư công sức nếu muốn đạt được mục tiêu cho mình. Và điều quan trọng là ta phải cẩn thận khi nhận một điều gì đó mà lại chẳng mất tí công sức nào.

Có nhiều người nhận được email hoặc tin nhắn thông báo rằng họ đã trúng số hay trúng giải đặc biệt trong 1 cuộc bốc thăm trúng thưởng nào đó. Nhưng để được nhận giải hay tiền thưởng, người thắng cuộc phải bỏ ra một khoản tiền vì lý do hành chính nào đó. Khi làm theo chỉ dẫn thì những người này phát hiện ra họ bị lừa. Những trò lừa gạt như thế này đã lấy đi tiền bạc của rất nhiều người. Đó là lý do tại sao chúng ta phải cảnh giác và luôn ghi nhớ rằng nếu muốn thành công, ta cần phải nỗ lực thực sự. Dĩ nhiên, không phải bất kỳ trò xỏ số nào cũng là lừa gạt, nhưng nhất thiết ta vẫn phải kiểm tra nguồn gốc của chúng. Nói tóm lại, trên đời này chẳng có điều gì cho không biếu không cả.

Nỗ lực

Khi viết xong cuốn sách đầu tiên của mình, tôi đã phải đối mặt với 1 nhiệm vụ khó khăn là tìm người viết lời nhận xét đáng tin cậy cho nó. Thông qua internet, tôi đã xác định được những người có khả năng truyền cảm hứng cho những người xung quanh. Nhưng điều khó khăn hơn là làm thế nào để nhận được lời nhận xét từ họ. Với 1 lịch làm việc bận rộn, họ sẽ cần nhiều thời gian để có thể trả lời tôi. Nhưng nhờ lòng kiên nhẫn và sự bền bỉ của mình, tôi đã có được những lời nhận xét hết sức quý báu của họ, thậm chí có cả 1 người ở Mỹ.

3.3. Yếu tố may mắn

Bạn có bao giờ tự hỏi tại sao một số người lại luôn gặp may mắn không? Họ được nhận vào những ngôi trường tốt nhất, đạt được điểm cao nhất, nổi tiếng và luôn may mắn! Vậy có phải những người đó được sinh ra dưới một ngôi sao may mắn không?

Mặc dù may mắn góp phần đưa ta đến đúng chỗ vào đúng thời điểm để đạt được thành công nhưng tôi tin rằng nó vẫn đòi hỏi ta phải nỗ lực. Cách định nghĩa “May mắn” (LUCK) hay nhất là :

- Lao động (Labour)

- Dựa trên (Under)
- Tin cậy (Credible)
- Kiến thức (Knowledge)

Ngoài ra, may mắn còn do công sức mà chúng ta phải bỏ ra theo những hướng dẫn đúng đắn để có thể thành công.

Khi muốn học hỏi một kỹ năng hay một môn thể thao mới nào đó, ta cần phải tìm hiểu về nó trước. Chẳng hạn, khi ta muốn học chơi bóng rổ thì ta cần phải biết kỹ thuật dẫn bóng, chuyền bóng hay ném bóng vào rổ. Nếu không tìm ra cách đúng đắn để tiếp cận với những kỹ thuật này, có thể ta sẽ chơi bóng không đúng cách hoặc tốn nhiều thời gian hơn để hoàn thiện cách chơi của mình. Quên đi điều đã học còn khó hơn việc phải học một điều gì đó từ đầu. Vậy nên bạn hãy dành thời gian học tốt một điều gì đó để có thể hoàn thiện nó về sau.

3.4. Không ai là một hòn đảo cả

Đã bao giờ bạn cảm thấy tuyệt vọng khi gặp trở ngại? Lúc đó, bạn có nghĩ : “Ước gì có ai đó giúp đỡ mình!” hay không?

Sự thật là không phải lúc nào chúng ta cũng có thể tự mình đạt đến mục tiêu đã đề ra. Khi gặp khó khăn trở ngại, ta muốn tìm cách nào đó để vượt qua nó. Khi cảm thấy chán nản, ta tìm đến sự hỗ trợ của bạn bè. Khi ta cần tâm sự, người thân và bạn bè có thể sẽ ở bên cạnh nói chuyện và dẫn dắt ta. Ta có thể tìm kiếm sự giúp đỡ khi cần thiết và đó là điều hoàn toàn đúng đắn. Chắc chắn rằng việc tự mình chiến đấu với mọi khó khăn không phải là một ý tưởng hay ho cho lắm.

3.5. Hiểu biết để thành công

Kelly là 1 cô gái dám nghĩ dám làm và luôn tìm kiếm cơ hội để kiếm thêm tiền tiêu vật. Cô bé rất khéo tay và luôn tự làm những phụ kiện hoặc trang sức cho mình. Khi thấy năng khiếu của Kelly, chị gái Susan của cô - vốn đang học về tiếp thị trên internet - liền nảy ra ý tưởng mở một cửa hàng trên mạng để bày bán những sản phẩm của Kelly. Ý tưởng này nhanh chóng

được hiện thực hóa và đem lại thành công lớn. Họ thu về lợi nhuận chỉ sau vài tháng. Kelly và Susan đã xây dựng được 1 cửa hàng trên mạng dựa vào sự hiểu biết của chính mình.

3.6. Chiến lược để có được bí quyết

1. Hiểu mục tiêu

Trước hết, chúng ta cần biết mục tiêu của mình là gì. Với mục tiêu rõ ràng, ta có thể nghĩ đến việc lên kế hoạch và xem xét đến loại bí quyết phù hợp với nó.

2. Những công cụ công nghệ

Với công nghệ ngày càng tiên tiến hiện nay, chúng ta có thể dễ dàng thu thập thông tin chỉ bằng một cái nhấp chuột khi ngồi thanh thoi ở nhà. Nếu mạng internet không giúp ích được ta thì việc ghé thăm thư viện có thể sẽ mang đến cho ta những thông tin cần thiết. Chúng ta không nhất thiết phải phát minh lại cái bánh xe đâu. Bí quyết nằm ở những cuốn sách, bài báo nói về chủ đề mà ta quan tâm. Chúng ta chỉ cần tìm kiếm chúng mà thôi. Tuy nhiên, nếu điều đó vẫn chưa đủ, ta có thể thử phương pháp tiếp theo xem sao.

3. Tìm kiếm sự giúp đỡ

Khi gặp khó khăn, cách tốt nhất mà ta có thể làm là hãy tìm kiếm sự giúp đỡ của mọi người. Sau đây là 3 câu hỏi hữu ích khi bạn cần ai đó giúp đỡ :

- 1) Liệu tôi có thể tự giải quyết vấn đề đó được không?
- 2) Tôi đã cố gắng hết sức để giải quyết vấn đề chưa?
- 3) Liệu tôi có đủ thời gian để tự giải quyết vấn đề không?

Nếu đã cố gắng hết sức mà chúng ta vẫn không thể giải quyết được công việc trong khi thời gian lại chẳng còn nhiều, thì đã đến lúc ta cần phải kêu cứu rồi đó. Sau đây là một câu chuyện nói về lý do tại sao ta cần tìm kiếm sự giúp đỡ khi cần thiết.

Câu chuyện về bàn tiệc

Có 1 gia đình nghèo nọ muốn chuyển nhà lên thành phố lớn sinh sống. Họ bán tất cả nhà cửa, đất đai và lên 1 chiếc tàu lớn để đi đến đó. Gia đình nọ được xếp vào 1 phòng đơn giản và mỗi ngày, họ chỉ ăn đồ ăn mình mang theo. Họ nhìn những người đang ăn ở bàn tiệc thịnh soạn trên tàu một cách thèm thuồng.

Một ngày nọ, cậu con trai cả trong gia đình họ ngã bệnh. Người cha xin phép chỉ huy trên tàu để lấy chút thức ăn từ bàn tiệc. Viên chỉ huy trên tàu vô cùng ngạc nhiên và trả lời rằng :

- Ngài không cần phải xin phép để được tham dự bàn tiệc. Vé của ngài cho phép ngài làm điều đó mà!

Câu chuyện trên mang đến cho ta thông điệp rằng, đừng giả định mà hãy tìm hiểu kỹ càng khi cảm thấy nghi ngờ về một điều gì đó. Mọi việc có thể trở nên dễ dàng hơn ta nghĩ đấy.

4. Xây dựng nguồn tài nguyên

Như đã đề cập, mạng internet và thư viện là hai nơi lý tưởng để bạn xây dựng nguồn tài nguyên tri thức cho mình. Đó cũng chính là những gì tôi đã làm sau khi xác định được ý tưởng cho cuốn sách của mình. Tôi cần tìm hiểu thêm một số thông tin để bổ sung vào phần nội dung. Do đó, tôi đã liệt kê những nguồn tư liệu có thể dùng được và dành thời gian nghiên cứu chúng qua internet cũng như trong thư viện. Một cách khác để xây dựng nguồn tài nguyên là tiếp nhận phản hồi từ bạn bè hay các chuyên gia.

Kết luận : Tìm kiếm bí quyết là một phần thiết yếu trong hành trình đi đến thành công của chúng ta. Vậy nên, hãy tìm hiểu xem bạn thực sự cần gì để đạt được mục tiêu đã đề ra và hãy nỗ lực hết mình để thực hiện nó!

Chương 4 :Thể hiện nhiệt huyết

“Kiến thức là nguồn điện và nhiệt huyết là công tắc điện.”

“Nhiệt huyết = Cảm giác muốn thúc đẩy một cái gì đó tiến lên.”

4.1. Tầm quan trọng của việc thể hiện nhiệt huyết

Bạn có bao giờ nhận thấy điều gì đó đặc biệt ở những người nhiệt tình không? Dường như họ luôn tràn đầy sức sống và hào hứng khi làm việc. Đôi khi, nhiệt huyết của họ còn lan truyền và ảnh hưởng tích cực đến những người xung quanh.

Còn nếu quan sát ở những người không nhiệt tình, bạn sẽ thấy gì ở họ? Họ dường như thiếu năng lượng và thường làm việc một cách uể oải.

Như vậy, nhiệt huyết cung cấp nhiên liệu để chúng ta hành động và thành công. Lòng nhiệt huyết sẽ giải phóng năng lượng trong ta và mang đến cho ta động lực để tiến về phía trước. Ngoài ra, lòng nhiệt huyết còn giúp ta lôi kéo được những người có chung đường hướng có thể hỗ trợ ta trên con đường đi đến thành công.

1. Không có nhiệt huyết, chẳng có năng lượng

Edmon chơi trong đội tuyển quần vợt của trường. Nhưng dạo gần đây, dường như anh đã mất đi nhiệt huyết của mình đối với môn thể thao này. Không còn nhiệt huyết anh cũng mất đi niềm đam mê. Edmon không hiểu chuyện gì đã xảy ra, dường như bầu nhiệt huyết của anh đã mất đi chỉ qua một đêm.

Sau khi nói chuyện với bạn bè và huấn luyện viên của mình, Edmon từng hứng thú với tính đua tranh của quần vợt nhưng dần dần, anh cảm thấy mệt mỏi và căng thẳng trước áp lực tập luyện. Mọi người khuyên anh hãy chơi quần vợt chỉ nhằm mục đích để giải trí thay vì tìm kiếm sự thắng thua. Và quả thật, chẳng bao lâu sau, ngọn lửa nhiệt huyết đối với môn quần vợt của

Edmon lại được thổi bùng lên. Anh cảm thấy hứng thú với nó hơn bao giờ hết.

2. Nhìn vào bên trong mình

Chúng ta có thể nhận ra những người sống thiếu nhiệt huyết. Thiếu động lực có quan hệ chặt chẽ với thiếu mục đích. Nhiều người nghĩ rằng họ cần một động lực từ bên ngoài để trở nên nhiệt tình hơn. Điều này có thể đúng trong một số trường hợp, chẳng hạn như việc treo giải thưởng cho người về nhất trong cuộc đua sẽ giúp mọi người cảm thấy hăng hái hơn khi tranh giải. Tuy nhiên, chúng ta phải hiểu rằng hăng hái là một trạng thái của trí óc. Dù các tác nhân kích thích bên ngoài đều đã có sẵn các nguyên liệu cần thiết để tạo ra sự hăng hái đó. Thế nên, đừng tìm kiếm đâu xa, hãy tìm trong chính bản thân ta.

4.2. Câu chuyện viên kim cương

Ngày xưa, có một lão nông nọ luôn khao khát được giàu có. Một đêm nọ, có một lái buôn đi qua nông trại của ông và xin được ngủ nhờ một đêm. Sau bữa tối, họ trò chuyện với nhau và lão nông hỏi người lái buôn :

- Cái gì có giá trị nhất trên đời này?
- Dĩ nhiên là kim cương rồi! – Người lái buôn trả lời.
- Vậy tôi có thể tìm chúng ở đâu? – Lão nông hỏi tiếp.
- Cũng còn tùy. Chúng có thể ở rất xa nhưng cũng có khi ở rất gần. Nhưng tôi nghe nói có thể tìm chúng ở tận phương bắc. – Người lái buôn đáp.

Ngày hôm sau, người lái buôn ra đi. Lão nông suy nghĩ rất nhiều về điều người lái buôn nói và cuối cùng ông đã có một quyết định. Ông bán nông trại của mình cho một người nông dân trẻ với giá rẻ, thu dọn hành lý rồi đi về phương bắc tìm kiếm kim cương.

Một năm sau, người lái buôn kia lại đi qua nông trại lần nữa và xin được tá túc một đêm. Sau bữa tối, trong khi trò chuyện với người nông dân trẻ thì người lái buôn nhìn thấy một viên đá lấp lánh trên bàn.

- Anh tìm thấy viên đá này ở đâu vậy? - Ông hỏi

- Ở dòng suối gần nông trại của tôi. Mà sao vậy? Có vấn đề gì với nó à? – Người nông dân trả lời.

- Anh có biết đó là một viên kim cương rất quý giá hay không? – Người lái buôn hào hứng nói.

Và không lâu sau, họ tìm thấy thêm nhiều viên kim cương quý hơn nữa ở dòng suối. Tin tức lan truyền rộng rãi và mọi người khám phá ra rằng quanh nông trại đó có rất nhiều kim cương. Vậy còn lão nông nọ thì sao? Người ta đồn rằng ông phải đi ăn xin và sống nghèo khổ suốt quãng đời còn lại.

Thế đây, chúng ta không cần tìm kiếm xa xôi bởi đôi khi kim cương lại ở ngay trước cửa nhà ta.

4.3. Những chiến lược để tạo nhiệt huyết

1. Thể hiện nhiệt huyết của mình

Đừng ngại ngần khi thể hiện nhiệt huyết của mình. Khi cảm thấy hăng hái trước một điều gì đó, hãy thể hiện cảm xúc của bạn ra. Và rồi một nguồn năng lượng mới sẽ xuất hiện khiến bạn cảm thấy hào hứng hơn. Bằng cách đó, nhiệt huyết sẽ đem đến nhiều nhiệt huyết hơn. Nhiều người kìm nén cảm xúc của họ vì nghĩ rằng điều đó sẽ giúp họ “bản lĩnh” hơn. Nhưng kìm nén cảm xúc chẳng hề tốt bởi về lâu dài, nó có thể khiến ta trở nên vô cảm với mọi thứ.

2. Tăng tốc hành động

Bạn có để ý thấy những người hào hứng thường nói nhanh hơn không? Đó là vì khi hào hứng, mức năng lượng của họ tăng lên. Việc tăng tốc hành động cũng làm tăng nhiệt huyết của ta, cũng như việc ta mỉm cười khi nói chuyện điện thoại thì giọng nói của ta sẽ vui vẻ hơn vậy. Người đang trò chuyện với ta sẽ cảm nhận ra sự khác biệt trong giọng nói của ta.

Hãy thử làm những việc sau :

- Nói với tốc độ nhanh hơn - Bước đi nhanh hơn

- Hít thở sâu - Tỏ ra mạnh mẽ

- Không lừ đừ

3. Đạt từng bước nhỏ

Một cách khác để tạo nhiệt huyết là thực hiện được từng bước nhỏ trên con đường dẫn đến thành công. Những cột mốc nhỏ đó có thể giúp ta nâng cao lòng tự tin cũng như mang đến cho ta hy vọng để bước tiếp trên quãng đường phía trước.

Khi bắt đầu vẽ tranh minh họa, tôi chỉ nghĩ mình vẽ nguệch ngoạc cho vui thôi. Nhưng sau đó, tôi nhận ra có vài chỗ có thể dùng đến những bức họa của tôi, đó là các tờ báo và tạp chí. Điều đó khiến tôi cực kỳ phấn khởi và tôi quyết định vẽ tranh một cách nghiêm túc. Sau vài lần bị từ chối, cuối cùng những tranh vẽ của tôi cũng xuất hiện trên tờ báo tiếng Hoa. Hãy tưởng tượng cảm giác thích thú của tôi mà xem! Không lâu sau, tranh minh họa của tôi được đăng thường xuyên trên báo. Tôi đã giữ vững lòng nhiệt huyết của mình khi vẽ tranh minh họa bởi tôi thực sự mong chờ được nhìn thấy chúng trên báo

Như vậy, có một điều gì đó để trông đợi là cách giúp ta giữ vững nhiệt huyết của mình trong công việc.

Kết luận : Hãy học cách cảm nhận và tạo nên nguồn năng lượng mạnh mẽ từ nhiệt huyết. Sau đó, hãy sử dụng nó trong hành trình đi đến thành công của bạn!

Chương 5 : Thái độ đúng đắn

“Khi bạn đổ lỗi cho người khác thì bạn cũng đã bỏ lỡ khả năng thay đổi và cải thiện của mình.”

“Thái độ = Cảm giác hay ý kiến về một người hay một chuyện gì đó”

5.1. Tầm quan trọng của thái độ

Có người từng cho rằng : “Thái độ là tất cả”

Qua thời gian tiếp xúc với các bạn trẻ, tôi nhận ra rằng thái độ tích cực chính là chìa khóa của thành công. 90% thành công của chúng ta xuất phát từ thái độ và 10% đến từ khả năng. Điều đó có nghĩa thái độ quan trọng hơn khả năng rất nhiều và nó chính là yếu tố khiến ta thành công hay thất bại.

Tôi có quen một sinh viên tên là Jenny - người luôn có thái độ tích cực khi phải đối mặt với những khó khăn trong việc học tập cũng như trong cuộc sống. Vì là một du học sinh nên Jenny gặp khá nhiều khó khăn về ngôn ngữ. Tuy nhiên, thái độ lạc quan cùng tính kiên nhẫn đã giúp Jenny vượt qua rào cản ngôn ngữ và đạt kết quả xuất sắc trong học tập. Trong khi đó, Frank - một du học sinh khác - lại tỏ ra vô cùng bi quan khi đối mặt với những khó khăn tương tự Jenny. Anh chỉ nhìn thấy các chướng ngại đang ngáng đường mình. Dù năng lực của Frank không hề thua kém Jenny nhưng thái độ bi quan đã khiến anh nghi ngờ khả năng của mình. Và kết cục là, trong khi Jenny đang tiến rất nhanh trên con đường học vấn thì Frank lại tỏ ra lúng túng và cứ ì ạch mãi một chỗ.

5.2. Trò chơi đổ lỗi

Một trong những trò chơi ưa thích của rất nhiều người chúng ta là trò chơi đổ lỗi. Cách chơi như sau: Khi có chuyện gì đó không đúng xảy ra, hãy chỉ về một người hay một vật khác và nói rằng : “Anh ấy làm đấy!”

Bạn cũng có thể thử vài câu sau trong công việc của mình :

“Chẳng ai bảo tôi phải làm theo cách đó cả!”

“Không phải do tôi, lỗi của anh ấy chứ!”

“Con chó làm đó!” (Câu này chỉ sử dụng trong trường hợp bạn có nuôi chó)

Khi mọi chuyện diễn ra không như mong muốn, hầu như lúc nào ta cũng cảm thấy đó không phải là lỗi của mình và tìm cách đổ lỗi cho một người hay một cái gì đó. Trong tâm lý học, hiện tượng này được nhắc đến với khái niệm thành kiến vị kỷ, tức là chúng ta nhận mọi lời tung hô khi mọi chuyện suôn sẻ và đổ lỗi cho người khác hay các tác nhân bên ngoài khi có chuyện chẳng hay. Nhưng bạn có nhận ra rằng khi bạn chỉ một ngón tay về phía người khác thì có đến ba ngón tay sẽ chỉ ngược vào mình không?

Đổ lỗi là việc làm không tốt. Chúng ta nên có trách nhiệm và chịu trách nhiệm về hành động của mình, bất kể kết quả xấu hay tốt. Chỉ khi làm được điều đó thì chúng ta mới có thể tiến bộ

5.3. Khó khăn là thử thách

Ngày xưa có một chàng trai luôn nhìn vào mặt trái của cuộc sống. Anh luôn than phiền rằng mình có quá nhiều việc phải làm và chẳng có thời gian cho bản thân. Với anh, cuộc sống thật nghiệt ngã. Một ngày nọ, anh gặp được một nhà thông thái và kể chuyện của mình cho ông nghe. Khi chàng trai kết thúc câu chuyện, nhà thông thái đề nghị sẽ giúp anh kết thúc sự đau khổ đó mãi mãi. Ông bảo :

- Bây giờ anh hãy theo lão. Lão sẽ đưa anh đến nơi mà anh chẳng còn phải bận tâm về điều gì nữa.

Nghe thấy vậy, chàng trai sung sướng nghĩ rằng mọi vấn đề của mình giờ đây đã được giải quyết. Anh hăm hở đi theo ông lão. Sau một quãng đường dài, họ cũng đến được nơi đó.

- Đây là nơi mà anh chẳng còn thấy rắc rối nào nữa. – Ông lão nói

Chàng trai trẻ nhìn quanh và nhận ra mình đang đứng giữa các nấm mồ. Anh đang ở trong một nghĩa trang!

- Cái gì thế này? – Anh kêu lên

- Ô! Nếu anh không muốn rắc rối nào nữa thì đây chính là nơi dành cho anh. Cái chết chắc chắn dễ dàng đem đến phiền hà gì đâu! Anh bạn trẻ ạ! Anh phải hiểu rằng rắc rối là một phần của cuộc sống. Vì vậy, hãy sống lạc quan lên và xem mọi khó khăn chỉ là những thử thách chứ không phải là thất bại

5.4. Thất bại hay phản hồi

Thái độ sẽ quyết định cách chúng ta nhìn nhận thất bại. Thất bại là một phần của cuộc sống. Tất cả chúng ta đều gặp phải thất bại trong cuộc đời, dù lớn hay nhỏ. Quan trọng là cách chúng ta nhìn nhận thất bại đó thế nào. Ta có thể lựa chọn trở thành nạn nhân và mắc kẹt mãi trong thất bại, hoặc xem mỗi thất bại là một bài học kinh nghiệm để học hỏi và trưởng thành.

Một cách để nhìn nhận thất bại là xem nó như những phản hồi. Thay vì rên rỉ và than vãn về sự không may mắn của mình, chúng ta có thể tận dụng cơ hội này để thu thập phản hồi từ những điều đã diễn ra không như ta dự tính. Bằng cách này, chúng ta có thể học hỏi và rút kinh nghiệm từ những sai lầm của mình để không lặp lại nữa.

1. Ngã về phía trước

Tư tưởng tích cực này rất hữu ích đối với mỗi người. Chúng ta luôn nghĩ rằng việc vấp ngã sẽ níu bước chân ta lại. Nhưng nếu ta có thể nghĩ khác đi và nhìn nhận thất bại như những bước tiến trong quá trình học hỏi của mình, thì chắc chắn ta sẽ tích lũy được những kinh nghiệm tích cực.

2. Đứng lên khi vấp ngã

Có một người cha luôn lo lắng cho đứa con trai của mình vì cậu bé đó rất yếu ớt và chẳng có tài năng gì đặc biệt cả. Một ngày nọ, ông quyết định đi tìm nhà thông thái để dạy dỗ đứa con của mình nên người.

Nhà thông thái nói với người cha :

- Hãy để con trai ông ở lại chỗ tôi ba tháng. Tôi sẽ biến nó thành người đàn ông thực thụ. Nhưng ông không được đến thăm nó trong suốt thời gian đó đâu đấy.

Vậy là người cha để đứa con lại chỗ nhà thông thái.

Ba tháng sau, người cha quay lại đón con về. Nhà thông thái sắp xếp một trận đấu giữa cậu bé với một võ sĩ chuyên nghiệp để người cha thấy đứa con mình mạnh cỡ nào

Khi trận đấu vừa bắt đầu, người võ sĩ tung ra một quả đấm khiến đứa con ngã vật xuống sàn. Chẳng nói một lời, cậu bé nhanh chóng đứng lên và tiếp tục trận đấu. Tuy nhiên, cậu lại bị đánh gục một lần nữa. Và điều đó cứ lặp đi lặp lại suốt 20 lần.

Nhà thông thái hỏi người cha :

- Ông đã tự hào về người con của mình chưa?

- Dĩ nhiên là chưa! Làm sao tôi tự hào được chứ? Nó cứ bị đánh gục liên hồi. Tôi xấu hổ vì nó quá! – Người cha trả lời

Nhà thông thái thở dài khi nghe điều đó. Ông bảo :

- Ông chỉ chú ý đến bề nổi của thành công và chiến thắng mà không thấy được quyết tâm, lòng dũng cảm và sức mạnh thể hiện trong thái độ “không bao giờ từ bỏ” của con trai mình. Đó mới chính là ý nghĩa thật sự của thành công.

Vì vậy, thành công không phải là không bao giờ thất bại, mà chính là tiếp tục đứng dậy sau mỗi lần thất bại.

Tôi còn nhớ một sinh viên tên là Alan. Anh luôn có thái độ tích cực trước mọi chuyện. Khi kết quả học tập của anh không tốt, anh vui vẻ chấp nhận điều đó. Anh sẽ tìm hiểu sai sót nằm ở đâu để rút kinh nghiệm.. Đối với anh, thất bại chính là cơ hội để học hỏi và thay đổi. Thái độ tích cực đó đã giúp anh đạt thành tích xuất sắc trong học tập cũng như trong các hoạt động ngoại khóa

5.5. Chiến lược để xây dựng thái độ cho sự thành công

1. Trở nên lạc quan

Khi sống lạc quan, chúng ta thường trông chờ điều tốt đẹp nhất sẽ xảy ra và có những suy nghĩ tích cực. Khi ai đó nói với bạn rằng có một tin nhắn cho bạn, bạn sẽ nghĩ: “Ồi không, đó có phải là tin xấu không? Tôi đang gặp rắc rối phải không?” hay là “Ồ thật tuyệt, đó chắc hẳn là tin tốt đây!”. Nếu bạn suy nghĩ theo hướng của câu sau thì đó là điều rất tốt cho bạn

Đôi khi cuộc sống diễn ra không được như ta mong muốn. Nhưng chúng ta vẫn nên giữ cho mình thái độ lạc quan và nghĩ về những tình huống đó như những ngoại lệ, đồng thời không để nó phá hỏng một ngày tươi đẹp của mình. Thái độ lạc quan sẽ làm cho cuộc sống của ta trở nên thú vị hơn.

2. Xây dựng các thói quen tích cực

Các thói quen cần được hình thành trong tiềm thức của bạn. Nhưng nếu bạn cố gắng suy nghĩ tích cực và ngăn chặn những suy nghĩ tiêu cực mỗi ngày thì các thói quen tốt sẽ được hình thành trong bạn. Hãy nói với mình rằng : “Mình sẽ tập thói quen nhìn vào mặt tốt của cuộc sống”; và lặp đi lặp lại câu nói đó để thu nhận dần những thói quen tích cực

Hãy nghĩ ra 5 thói quen tích cực mà bạn muốn có và viết nó ra bên dưới đây. Hãy phát triển những thói quen đó bằng cách thường xuyên nhắc nhở bản thân về chúng

- 1) Tôi sẽ tập thói quen
- 2) Tôi sẽ tập thói quen
- 3) Tôi sẽ tập thói quen
- 4) Tôi sẽ tập thói quen
- 5) Tôi sẽ tập thói quen

3. Cười nhiều hơn

Việc mỉm cười sẽ giúp ta cảm thấy hạnh phúc hơn và lạc quan hơn. Nó cũng ảnh hưởng đến những người xung quanh ta và làm cho họ cảm thấy thoải mái hơn. Khi đó, họ sẽ sẵn sàng giúp đỡ mỗi khi ta cần. Thái độ đúng

đầu để thành công là tác động tích cực đến mọi người xung quanh để có thể vươn lên một tầm cao mới.

Kết luận : Với một thái độ đúng đắn, ta có thể vươn lên đến trời xanh!

Chương 6 :Tận tâm

“Một số người nằm mơ thấy thành công... trong khi số khác lại thức dậy và cố gắng hết sức”

“Tận tâm = Hành động gắn kết bản thân vào một quá trình hành động”

6.1. Kiên trì vì một mục đích

Bạn đã bao giờ bắt đầu một dự án nhưng sau đó lại không thể hoàn thành nó chưa? Bạn nghĩ tại sao điều đó lại xảy ra? Theo bạn, đâu là phẩm chất cần thiết để có thể hoàn thành mọi công việc?

Có câu nói đúng đắn rằng: “Tận tâm khởi đầu hành động”. Quả thật, khi ta cam kết tận tâm với một công việc nào đó, ta sẽ có trách nhiệm và trở nên ràng buộc với nó. Khi đó, ta buộc phải hành động để hoàn thành nó. Nếu không có sự tận tâm, chúng ta sẽ kết bạn với những lời bào chữa một khi công việc không được hoàn thành hay gặp trục trặc.

6.2. Rèn luyện sự tận tâm

Quy tắc cơ bản của sự tận tâm là không ngừng hoàn thiện bản thân. Khi sống tận tâm, chúng ta sẽ có niềm đam mê và khao khát hoàn thành mọi việc mình làm. Chúng ta sẽ thường xuyên học hỏi từ quá trình này.

Có một quy tắc hữu ích, đó là “Cam kết hoàn thành” Với ba chữ cái C:

- Cam kết (Commit): Khi cam kết với một công việc nào đó, nghĩa là ta quyết định sẽ gắn bó với nó
- Bắt đầu (Commence): Khi ta bắt đầu một công việc, nghĩa là ta đã thoát khỏi được sự chần chừ.
- Hoàn thành (Complete): Khi ta hoàn thành một công việc nào đó, nghĩa là ta đã thể hiện tính kiên nhẫn của mình để có thể thấy nó kết thúc tốt đẹp.

Dựa trên ba chữ C này, việc đầu tiên ta cần làm là phải tận tâm với mục tiêu mà mình đã đặt ra. Chỉ khi đó, ta mới có thể bắt đầu và hoàn thành nó được.

6.3. Câu chuyện E-mail

Có một người lang thang tìm việc suốt nhiều ngày liền. Thế rồi một ngày nọ, anh đến một công ty phần mềm máy tính để xin vào làm lao công. Sau buổi phỏng vấn, anh đã được nhận vào làm. Bộ phận quản lý nhân sự muốn anh để lại địa chỉ e-mail để dễ bề liên lạc. Anh nói với họ rằng ở nhà anh chẳng có cái máy tính nào cả và cũng không có cả địa chỉ e-mail. Đối với công ty đó, việc không có địa chỉ e-mail là điều không thể chấp nhận. Và họ từ chối thuê anh.

Anh ra về, lòng đầy chán nản. Với 10\$ còn lại trong túi, anh lang thang qua một khu chợ và thấy những quả cà chua chín mọng rất ngon lành. Anh mua hết số cà chua đó rồi mang đến khu dân cư đông đúc để bán. Chỉ sau hai tiếng đồng hồ, anh đã bán hết số cà chua và kiếm được gấp đôi số vốn đã bỏ ra. Quá hứng khởi với kết quả đạt được, anh tiếp tục lặp đi lặp lại công việc này cho đến khi không còn đủ sức đi bộ nữa.

Từ hôm đó, anh bắt đầu kinh doanh cà chua. Với sự tận tâm của mình và thêm một chút may mắn, công việc kinh doanh của anh ngày càng phát đạt. Không lâu sau, anh mua được vài chiếc xe tải nhỏ và thuê thêm người làm. Khi công việc kinh doanh mở rộng, anh nghĩ đến việc mua bảo hiểm cho gia đình mình.

Tham khảo lời khuyên của nhân viên tư vấn, anh quyết định ký một hợp đồng bảo hiểm phù hợp với hoàn cảnh của mình. Theo đúng thủ tục, người nhân viên đó muốn có địa chỉ e-mail của anh để liên lạc khi cần thiết.

- Tôi không có máy vi tính và cũng không có địa chỉ e-mail. – Anh nói với nhân viên bảo hiểm.

Người nhân viên đó cảm thấy hết sức ngạc nhiên.

- Sao? Ngài không có một địa chỉ e-mail sao? Ngài có biết mình có thể làm được gì nếu có máy tính và địa chỉ e-mail không? – Người nhân viên đó hỏi.

Và anh mỉm cười trả lời rằng :

- Vâng, tôi sẽ trở thành một người lao công.

Một khi ta tận tâm với một việc gì đó thì chẳng có chướng ngại nào có thể ngăn cản được ta

Bài sát hạch lái xe

Khi chuẩn bị học bằng lái xe, tôi tự nhủ mình có thể lấy được nó chỉ trong một năm, và sẽ vượt qua kỳ thi ở ngay lần đầu tiên. Với mục tiêu đó, tôi đã lên một thời gian biểu để học lái xe mỗi tuần. Tôi đã học hành rất chăm chỉ để có thể lấy được bằng lái xe. Cuối cùng, nhờ vào sự toàn tâm toàn ý của mình, tôi đã lấy được bằng lái xe chỉ trong tám tháng và ở ngay lần thi đầu tiên.

6.4. Cam kết thay đổi

Colin là một bạn trẻ bình thường và cũng làm những việc bình thường như các bạn trẻ khác. Cậu đến trường mỗi ngày và đi chơi với bạn bè khi rảnh rỗi. Tuy nhiên không lâu sau, cậu gia nhập vào một nhóm bạn xấu và có những biểu hiện bất thường. Cậu bắt đầu cúp học và tập tành hút thuốc. Mọi việc trở nên tồi tệ hơn khi cậu gặp rắc rối vì dính vào các hoạt động băng nhóm.

Khi nhà trường biết được điều này, Colin đã bị kỷ luật. Sau khi được hỗ trợ qua những buổi tư vấn, Colin cam kết sẽ cố gắng thay đổi. Và từ đây cậu đã không ngoái nhìn lại đằng sau nữa. Cậu dành thời gian vào việc học và đạt được điểm cao trong kỳ thi cuối năm

Lời nhắc nhở thân thiện

Jim Carrey là một diễn viên hài đang chật vật chờ đợi một cú đột phá trong sự nghiệp ở Hollywood. Để thường xuyên nhắc nhở mình về mục tiêu kiếm được 10 triệu đô-la, anh đã viết số tiền ấy ra tờ giấy và giữ nó trong ví. Nhờ vào quyết tâm cũng như sự chăm chỉ của mình, anh đã được trả công xứng đáng từ những bộ phim thành công như Thám Tử Thú Cung, Mặt Nạ, Hai Chàng Ngốc

Câu chuyện của Elim Chew

Cũng giống như Jim Carrey, Elim Chew – nhà sáng lập chuỗi cửa hàng thời trang nổi tiếng 77th Street – đã đặt mục tiêu trở thành người nổi tiếng trong tương lai. Thế là cô viết “MỘT TRIỆU CỦA TÔI” lên một tờ giấy và cất vào trong ví của mình. Mỗi khi mở ví ra, cô lại thấy những chữ đó. Nó nhắc cô nhớ đến mục tiêu đã đặt ra trước đó.

6.5. Chiến lược để trở nên tận tâm trong công việc

1. Dùng bảng quyết tâm

Để trở nên tận tâm hơn trong công việc, chúng ta có thể viết những mục tiêu của mình lên các tấm thẻ hay mảnh giấy, và giữ nó trong túi, ví, hộp bút giống như Jim Carrey và Elim Chew đã làm. Mỗi khi mở ví ra, chúng ta sẽ nhớ đến những gì mình khao khát.

Một cách khác là hãy viết mục tiêu của mình lên bảng quyết tâm. Hãy dùng một tấm bìa hay tờ giấy lớn và viết mục tiêu của mình lên đó. Sau đó, hãy dán nó ở nơi dễ nhìn thấy để nó thường xuyên nhắc nhở ta.

2. Bản cam kết

Khi làm bản cam kết hay đưa ra một lời thề nào đó, nghĩa là ta đã thực sự tận tâm. Hãy viết mục tiêu của bạn vào bản cam kết sau rồi đưa cho mọi người xem. Khi bạn làm được như vậy, lời cam kết của bạn sẽ trở nên công khai và bạn không còn lựa chọn nào khác là phải thực hiện nó.

Vậy hãy viết bản cam kết của bạn ngay hôm nay đi!

3. Bản cam kết

Tên tôi là :

Vào ngày :

Cam kết sẽ hết sức mình thực hiện những mục tiêu sau đây :

Tôi sẽ tận tâm thực hiện để đạt được điều đó và sẽ không đưa ra bất kỳ lời biện hộ nào cho bản thân.

Ký tên

Kết luận : Khi bạn cam kết hành động thì thành công sẽ thuộc về bạn.

Chương 7 : Quản lý thời gian

“Người bình thường chỉ nghĩ đến việc tiêu thời gian. Người vĩ đại nghĩ đến việc dùng thời gian.”

“Quản lý thời gian = Tạo ra các quy trình và công cụ làm tăng hiệu suất công việc”

7.1. Tầm quan trọng của quản lý thời gian

Có cả thấy 60 giây trong một phút, 60 phút trong một giờ và 24 giờ trong một ngày. Điều đó có nghĩa là chúng ta có 86.400 giây trong một ngày. Vậy tại sao chúng ta lại nghe quá nhiều lời than vãn:

“Tôi chẳng có đủ thời gian!”

“Tôi không làm kịp đâu!”

“Tôi ước gì mình có nhiều thời gian hơn”

Và hẳn bạn đã gặp được những người sắp xếp tốt việc học, các hoạt động ngoại khóa, dành thời gian cho người thân, bạn bè và thậm chí còn tham gia hoạt động tình nguyện?

Làm thế nào những người đó lại có đủ thời gian như vậy nhỉ? Tại sao có những người có thể xử lý được rất nhiều việc và hoàn thành nó kịp thời hạn trong khi những người khác lại mắc kẹt với những việc đơn giản nhất? Câu trả lời nằm ở kỹ năng quản lý thời gian của họ

7.2. Học thuyết chiếc bình

Một giảng viên đại học của tôi đã thực hiện một ví dụ đơn giản nhưng ý nghĩa sau đây. Chúng ta cần phải thực hiện từng bước một để có thể hiểu được nó.

Đầu tiên, hãy tìm một chiếc bình có kích cỡ trung bình, được làm bằng thủy tinh trong suốt. Bỏ những viên đá to vào đầy chiếc bình. Tiếp theo, hãy bỏ

thêm những viên sỏi vào trong bình. Cố lấp đầy sỏi vào bình nhé. Sau đó, tiếp tục đổ đầy cát vào bình. Và cuối cùng, hãy đổ nước đầy bình

Vậy quá trình này mang đến cho ta thông điệp gì?

Đầu tiên, chiếc bình đại diện cho cuộc sống của chúng ta, những viên đá là những ưu tiên chính trong cuộc đời ta. Những viên sỏi là những điều mà ta thích làm, trong khi cát chính là những vấn đề khác mà ta cần giải quyết. Cuối cùng, nước tượng trưng cho những điều xảy đến với ta mọi lúc mọi nơi.

Chúng ta cần tất cả những điều đó để cuộc sống của mình được cân bằng. Điều đó không có nghĩa là cuộc sống của ta sẽ trở nên tốt hơn khi không có những ưu tiên chính hay những điều nhỏ nhặt. Việc quản lý thời gian cũng chỉ nhằm mục đích cân bằng mà thôi. Chúng ta chỉ cần hiểu rõ cách sử dụng thời gian cũng như cố gắng dành thời gian cho mọi việc.

7.3. Điều gì ta có thể quản lý thì cũng có thể điều khiển được

Nhiều người cảm thấy thời gian cứ trôi nhanh đi và dường như họ không thể điều khiển được nó. Và trên thực tế, những người này đang bị thời gian điều khiển. Chúng ta nên quản lý thời gian của mình chứ không phải bị nó quản lý. Nếu như ta có thể quản lý được thời gian thì ta cũng có thể điều khiển được nó.

Bảng câu hỏi về quản lý thời gian

Hãy thử trả lời bảng câu hỏi sau đây. Đánh dấu vào những câu bạn thấy đúng với mình

	Đánh dấu
Hầu như chẳng bao giờ tôi hoàn thành công việc kịp thời hạn	
Tôi luôn bận rộn quá mức nhưng dường như chẳng làm xong được việc gì cả	
Tôi để những chuyện khác ảnh hưởng đến cách sử dụng thời gian của mình	
Tôi chán chường khi gặp những việc cần phải làm	
Tôi bắt đầu những dự án mới trước khi những dự án cũ được hoàn tất	

Nếu bạn đánh dấu vào nhiều hơn ba câu thì bạn cần phải nhìn lại kỹ năng quản lý thời gian của mình. Sau đây là một số chiến lược có thể giúp bạn quản lý thời gian tốt hơn.

1. Phân bổ thời gian hợp lý

Tôi có một sinh viên tên là Timmy – rất sáng dạ và chăm chỉ. Dù Timmy học hành rất nghiêm túc nhưng kết quả thi cử lại không thể hiện được năng lực thực sự của cậu ấy. Sau khi nói chuyện với Timmy, tôi đã tìm ra được nguyên nhân. Trong lúc làm bài thi, Timmy luôn dành quá nhiều thời gian vào những câu hỏi đầu. Chính kỹ năng quản lý thời gian kém đã dẫn đến những điểm số không như cậu ấy mong muốn.

2. Thời gian làm việc và thời gian chơi

Một trong những lý do khiến người ta không thể quản lý thời gian của mình hiệu quả là do họ không thể tách biệt thời gian làm việc và thời gian chơi. Họ dành quá nhiều thời gian để hưởng thụ mà lại tin rằng mình vẫn còn thời gian cho công việc. Nói cách khác, họ chần chừ khi gặp những công việc quan trọng và đây chính là tác nhân hàng đầu bóp chết thành công. Đó là lý do tôi đã dành cả một cuốn sách “Tại sao lại chần chừ?” để nói về chủ đề này. Hãy đọc thử nếu bạn vẫn chưa tìm ra cách để vượt qua sự chần chừ của mình.

Người Trung Quốc có câu “Bĩ cực cam lai” nghĩa là sau sự khổ cực (công việc) sẽ tới hồi sung sướng (vui chơi và tận hưởng). Vậy nên, hãy ghi lại những việc cần làm để có thể sử dụng thời gian hiệu quả trong cả công việc lẫn khi vui chơi.

3. Tìm ra nguyên nhân khiến bạn mất thời gian

Chúng ta thường mất thời gian vì vô vàn lý do. Một số hoạt động đã lấy đi thời gian của ta mà ta chẳng hề hay biết. Liệu có hoạt động nào dưới đây ảnh hưởng đến thời gian của bạn không? Hãy đánh dấu vào nhé.

Những thứ làm mất thời gian	Đánh dấu
Bị ti-vi làm sao lãng	
Chần chừ	
Giải quyết những mối quan tâm của người khác	
Bị những cú điện thoại làm gián đoạn	
Làm việc mà không có thông tin rõ ràng	
Căng thẳng và mệt mỏi	
Không có khả năng tìm ra những điều mình cần	
Những buổi họp kế hoạch kéo dài	
Những vị khách không báo trước	
Không có mục tiêu rõ ràng	

7.4. Chiến lược quản lý thời gian tốt hơn

1. Đánh giá độ ưu tiên của công việc

Đôi khi chúng ta dành quá nhiều thời gian vào những công việc không quan trọng hoặc không gấp gáp. Đó có thể là những công việc mà ta thích làm nhưng lại chẳng liên quan gì đến mục tiêu cuối cùng của ta cả. Khi đó, ta bỏ qua những công việc quan trọng và cấp thiết. Vì vậy, điều ta cần làm là phải xác định mục tiêu của mình một cách rõ ràng như hiểu rõ công việc nào là quan trọng.

Khi xếp hạng mức độ ưu tiên công việc, điều đầu tiên chúng ta nên làm là liệt kê tất cả những việc mà ta có. Sau đó, hãy xác định mức độ khẩn cấp và quan trọng của từng công việc. Chẳng hạn, nếu bạn có một công việc phải hoàn thành vào ngày mai và một công việc khác có thời hạn vào tuần sau thì chắc chắn công việc trước phải khẩn cấp hơn rồi. Nếu ta có hai công việc, một được giáo viên giao và cái còn lại là điều mà ta muốn làm, chẳng hạn như gửi e-mail cho bạn bè, vậy thì công việc đầu tiên phải quan trọng và đòi hỏi sự chú ý của ta nhiều hơn.

Việc xếp mức độ ưu tiên của công việc là bước quan trọng trong việc quản lý thời gian, bởi vì nếu ta làm được điều đó thì ta có thể tập trung năng lượng của mình vào những hoạt động quan trọng.

2. Kiểm tra cách sử dụng thời gian

Hãy nhìn vào cách bạn sử dụng thời gian mỗi ngày. Bạn có khoảng thời gian nào không được dùng cho việc hữu ích không?

Khi còn là sinh viên, tôi đã nghĩ ra một phương pháp ôn thi hiệu quả và thích hợp cho mình. Tôi nhận ra rằng thời điểm tôi học bài tốt nhất là đêm khuya - lúc tâm trí tôi thoải mái và tỉnh táo nhất. Trong khi đó, thời gian tôi học kém hiệu quả nhất là vào giữa trưa và sau khi ăn xong - đó là lúc tôi có dấu hiệu buồn ngủ. Thời gian biểu của tôi nương theo những lịch trình này. Và tôi đã sử dụng thời gian của mình hiệu quả nhất để đạt được kết quả cao trong kỳ thi

Vì vậy, xác định thời gian mà bạn có thể sử dụng hiệu quả nhất

3. Học cách nói “Không”

Chúng ta mất thời gian khi bị gián đoạn bởi những vấn đề khác. Đó có thể là một ai đó nhờ giúp đỡ, hay một người cần tán gẫu với mình. Dù là gì chăng nữa thì những điều này đều có thể khiến ta xao lãng mục tiêu của mình. Vì vậy, ta phải học cách nói “Không”, với những lời yêu cầu đó. Tuy nhiên, ta phải làm điều đó thật khéo léo và không được gây phản cảm cho bất kỳ ai. Chẳng ai trong chúng ta muốn kết thúc tình bạn chỉ vì muốn đạt được mục tiêu của mình cả. Những gì ta nên làm là nói thật nhẹ nhàng : “Tôi rất muốn giúp bạn chuyện đó, nhưng bây giờ tôi thật sự rất bận”. Khi ấy, tôi tin rằng bạn bè và mọi người xung quanh ta sẽ hiểu cho ta mà không cảm thấy khó chịu

Kết luận : Khi quản lý thời gian đúng đắn, chúng ta sẽ có được nhiều thời gian hơn.

Chương 8 : Sức mạnh của trí tưởng tượng

“Không có gì là không thể đạt được với một trí tưởng tượng mạnh mẽ”

“Trí tưởng tượng = Một kỹ thuật mà trong đó, người ta nghĩ ra các hình ảnh để chuẩn bị cho một công việc cụ thể”

8.1. Tầm quan trọng của trí tưởng tượng

Hãy tưởng tượng bạn đang có được mà điều bấy lâu nay bạn luôn khao khát. Thật tuyệt vời phải không nào? Chúng ta không nói về những giấc mơ vĩ đại và ước hết sức mình với mong muốn nó sẽ thành hiện thực. Chúng ta đang nói về việc sử dụng sức mạnh của trí tưởng tượng để thành công trong cuộc sống

Đã bao giờ bạn tự hỏi tại sao một số người lại thành công trong khi một số khác lại thất bại không? Một trong những bí quyết của những người thành công chính là họ có khả năng “thấy” được bản thân thành công. Họ tạo ra hình ảnh bản thân thành công trong đầu và luôn hướng về hình ảnh đó.

Đây là bước rất quan trọng trong quá trình hành động để đạt được mục tiêu đã đề ra. Việc lập ra mục tiêu có thể trở thành động lực thúc đẩy ta tiến về phía trước, nhưng dùng sức mạnh của trí tưởng tượng có thể nâng cao khả năng đạt được mục tiêu của ta

8.2. Nhưng tôi không có trí tưởng tượng tốt...

Nếu bạn nghĩ rằng cần có một trí tưởng tượng tốt mới có thể thành công thì bạn hãy ngừng nỗi lo lắng ấy lại. Sức mạnh của trí tưởng tượng chỉ yêu cầu ta hình dung bản thân đang có được điều mà mình mong muốn. Nó có thể đơn giản là hoàn tất bài chạy 2,4km ở trường, điều mà với một số sinh viên là nỗi ám ảnh đáng sợ. Đối với họ, việc ấy còn kinh khủng hơn trại huấn luyện tân binh hay cuộc đua marathon nữa.

Isaac là một sinh viên đã dùng sức mạnh của trí tưởng tượng để vượt qua được chặng đường 2,4km đó. Những gì anh làm là tưởng tượng mình đã hoàn tất các vòng chạy khi đang thực hiện nó. Khi hoàn tất được một vòng, anh cảm thấy thoải mái hơn vì đã gần tới đích. Bằng cách “chạy” 2,4km trong suy nghĩ trước, anh đã bình tĩnh và ít lo lắng hơn khi chạy thực sự

1. Người tù binh chơi golf

Một sĩ quan bị bắt trong một trận đánh và trở thành tù binh. Ngày trước, anh rất thích chơi golf nhưng vì đang là tù nhân nên giờ đây, anh chẳng có cơ hội nào để chơi nó cả. Nhưng không ai biết rằng anh vẫn tập luyện golf mỗi ngày. Hầu như ngày nào anh cũng tưởng tượng mình đang chơi và đang chọn gậy cho cú đánh.

Khi được trả tự do, điều đầu tiên anh nghĩ đến khi về nhà là chạy đến sân golf. Anh vô cùng ngạc nhiên khi thấy mình chơi khá hơn trước rất nhiều. Sở dĩ anh làm được điều đó là nhờ vào sức mạnh của trí tưởng tượng!

2. Sức mạnh của trí tưởng tượng ở cả hai chiều

Trí tưởng tượng có thể hoạt động ở cả hai chiều. Khi chúng ta tưởng tượng hay hình dung bản thân trong một trạng thái tiêu cực hoặc thất bại, thì ta sẽ thất bại. Chắc hẳn bạn đã từng thấy nhiều người lo sợ sẽ không qua được kỳ thi nên họ nói với chính mình và những người xung quanh rằng họ sẽ rớt. Và thường thì họ không qua được. Đó là ý nghĩa của câu nói : “Lời dự báo tự thực hiện”.

Vậy hãy chắc chắn là chúng ta sử dụng sức mạnh của trí tưởng tượng để thành công, chứ không phải để thất bại nhé.

3. Câu chuyện về “Kẻ hủy diệt”

Arnold Schwarzenegger, ngôi sao của Hollywood với những bộ phim lớn như Kẻ hủy diệt và Quái vật ăn thịt, đã từng đoạt giải “Lực sĩ có thể hình đẹp nhất thế giới”. Tuy nhiên, chẳng phải anh đoạt được danh hiệu đó bằng cách bơm sắt (nguyên gốc là “Pumping Iron”. Đây cũng là tựa của một bộ phim tư liệu về sự tranh đua trong cuộc thi thể hình Mr. Olympic năm 1975, trong đó Arnold là một trong ba nhân vật chính) vào người. Một trong

những chiến thuật tập luyện của anh là tưởng tượng mình đang nhận danh hiệu đó. Và với sức mạnh của trí tưởng tượng, anh đã thắng danh hiệu đó thêm nhiều lần sau!

4. Một buổi hội thảo

Đây là một ví dụ về cách tôi đã dùng trí tưởng tượng để hình dung bản thân đang hoạt động ở mức tốt nhất.

Khi tổ chức buổi giới thiệu cho cuốn sách đầu tiên của mình, tôi đã hình dung điều mình sẽ trình bày. Vì tôi chọn phương pháp vừa-vẽ-vừa-nói nên điều quan trọng là tôi phải biết vẽ cái gì khi nói. Vậy là tôi lên kế hoạch về những điều tôi muốn nói rồi vẽ những hình minh họa mà tôi sẽ dùng trên giấy. Sau đó, tôi ôn lại toàn bộ buổi nói chuyện trong đầu vài lần. Qua những lần ôn lại như thế, tôi cảm thấy chắc chắn và tự tin hơn.

Và khi lên phát biểu, tôi đã không gặp sự cố nào bởi tôi đã thực hiện điều đó trong đầu mình từ trước.

8.3. Chiến lược để phát triển trí tưởng tượng

1. Làm tươi sáng hình ảnh trong suy nghĩ của mình

Hãy thử tưởng tượng đang có một hình ảnh trên ti-vi và bạn cầm chiếc điều khiển từ xa trong tay. Khi bạn tăng độ sáng của hình ảnh lên thì điều gì sẽ xảy ra? Thông thường, việc tăng độ sáng của hình ảnh sẽ làm cho phản ứng cảm xúc của bạn tăng lên hoặc mở rộng ra. Lúc này, hình ảnh đã trở nên rõ ràng hơn rất nhiều và bạn có thể nhìn thấy được các chi tiết trong hình tốt hơn. Khi làm như vậy, bạn đã kết nối gần hơn với các hành động trong hình ảnh ấy và cảm thấy chúng trở nên thực hơn.

2. Tăng âm lượng

Với chiếc điều khiển đó, bạn có thể tăng âm lượng lên và “nghe” được những trải nghiệm. Khi đó, bạn sẽ cảm thấy phản ứng cảm xúc của mình gần hơn, tựa như bạn đang ở ngay tại thời điểm diễn ra hành động vậy. Để sử dụng thành công trí tưởng tượng, hãy chắc rằng bức tranh mà bạn tạo ra

trong tâm trí mình cũng thực như nó đang xảy ra vậy. Bằng các đó, hành động trong bức tranh ấy sẽ trở thành một phần của bạn.

3. Sự lặp lại

Có khả năng tưởng tượng là điều rất tốt, nhưng sự lặp lại mới chính là chìa khóa thành công của phương pháp này. Hãy luôn nghĩ về điều bạn muốn thực hiện cho đến khi nó trở thành thói quen của bạn. Khi đó, việc thực hiện điều đó sẽ trở nên tự nhiên hơn bởi bạn đã thực hành nó nhiều lần trong đầu rồi.

Kết luận : Khi sử dụng sức mạnh của trí tưởng tượng, chúng ta sẽ đạt được mục tiêu và vươn đến thành công.

Chương 9 : Trật tự

“Trật tự của ngày hôm nay chuẩn bị cho thành công ngày mai” – Khuyết danh

“Trật tự = Hiệu quả trong việc sắp xếp hay hoạt động”

9.1. Câu chuyện của Einstein

Dưới đây là 1 câu chuyện có thật về Albert Einstein.

Sau một buổi phỏng vấn Albert Einstein, một nhà báo nọ đã hỏi xin số điện thoại của ông để phòng trường hợp muốn hỏi thêm. Einstein vui vẻ đồng ý. Ông cầm cuốn danh bạ lên và tìm số của mình trong đó. Rồi ông viết ra giấy đưa cho nhà báo nọ.

Nhà báo đó thật sự bất ngờ. Tại sao một trong những người thông minh nhất thế giới lại không thể nhớ được số điện thoại của mình như thế? Và câu trả lời của Einstein là :

- Tại sao tôi phải nhớ trong khi tôi biết cần tìm nó ở đâu cơ chứ?

Có thể bạn nghĩ chúng ta cũng nên học tập Einstein bởi vì ông chính là một trong những người thông minh nhất thế giới. Tuy nhiên, mỗi người sẽ có cách riêng để sắp xếp cuộc sống của mình và điều ta cần làm là tìm ra cách mà mình cảm thấy thoải mái nhất.

9.2. Sự hỗn độn có kiểm soát

Bạn có biết người nào sống có vẻ bừa bãi nhưng lại có biệt tài xác định và tìm ra những thứ họ cần không? Vâng, thật sự có những người như vậy đấy.

Một vài người cho rằng họ cần một môi trường bừa bãi để có thể làm việc hiệu quả. Cả phòng ở và nơi làm việc của họ đều giống như một bãi chiến trường hỗn độn. Thế nhưng, điều đáng nói là họ luôn kiểm soát được chúng. Họ gọi đó là “Sự hỗn độn có kiểm soát”.

Vậy bạn có phải là một người đang áp dụng “hệ thống” này không? Và điều đó có mang đến cho bạn cảm giác dễ chịu không?

Tôi còn nhớ Marcus - một cậu sinh viên có cách lưu giữ tài liệu tham khảo cực kỳ bừa bộn. Thay vì kẹp tài liệu trong các cặp hồ sơ ngăn nắp, cậu lại để chúng tất cả trong một túi nhựa. Chắc chắn bất kỳ ai cũng sẽ cảm thấy khó khăn khi tìm tài liệu của cậu trong mớ hỗn độn đó. Ấy vậy mà Marcus lại có thể tìm ra chúng một cách dễ dàng. Khi tôi hỏi làm sao cậu làm được như vậy, Marcus trả lời đơn giản rằng “Vì mọi thứ đều đã ở một nơi (ý nói chiếc túi), nên tôi chẳng có khó khăn gì khi tìm một vài thứ trong đó cả”.

9.3. Bảng câu hỏi tự đánh giá

Dưới đây là bảng câu hỏi để bạn nhận ra mức độ trật tự của mình ra sao. Hãy đánh dấu vào ô “Có” hoặc “Không” khi trả lời các câu hỏi sau :

Câu hỏi	Có	Không
Bạn có dành nhiều thời gian để tìm kiếm các vật dụng khi cần đến chúng không?		
Bạn có nhận thấy bàn làm việc của mình quá lộn xộn không?		
Bạn có thường mất đồ không?		
Bạn có thường làm xáo trộn thời gian biểu của mình không?		
Có bao giờ bạn quên dự 1 buổi hẹn nào đó không?		

Nếu câu trả lời của bạn là “Có”, vậy thì bạn cần phải đánh giá lại tình trạng hiện tại của mình và tự hỏi xem điều đó đang ảnh hưởng gì đến bạn. Nếu không làm như vậy hành trình đi đến thành công của bạn sẽ gặp rất nhiều trở ngại. Chỉ khi chúng ta sắp xếp lại cuộc sống của mình một cách ngăn nắp, ta mới sẵn sàng đối mặt với những thử thách và đạt được thành công.

9.4. Trật tự để truyền cảm hứng cho người khác

Bước đầu tiên để hình thành kỹ năng tổ chức tốt là bạn phải tự tổ chức cuộc sống của bản thân trước. Một khi bạn đã làm được điều đó thì bạn dễ dàng tạo được niềm tin ở người khác. Đôi lúc chúng ta chủ động hoặc được giao trách nhiệm lãnh đạo. Khi ấy, chúng ta cần đảm bảo rằng cấp dưới của mình luôn nhận được những chỉ thị rõ ràng. Nếu bản thân ta không trật tự thì làm

sao ta có thể tạo được lòng tin từ người khác? Thử hình dung việc bạn tổ chức một buổi họp với các nhân viên của mình nhưng lại chưa chuẩn bị gì cả. Theo bạn, cảm nhận của mọi người lúc ấy sẽ như thế nào?

9.5. Chiến lược để trở nên trật tự

1. Sống có tổ chức

Điều này nghe có vẻ rõ ràng và đơn giản, phải vậy không? Nhưng hãy nhớ, đôi khi, ý tưởng đơn giản nhất lại mang đến hiệu quả cao nhất đây. Bản thân tôi thích tổ chức những sự kiện mà tôi có thể chuẩn bị được cả tháng. Bạn có thể tham khảo một cách làm của tôi dưới đây.

Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7	Chủ nhật
1	2	3	4 Tìm nơi cung cấp đồ ăn	5	6	7
8	9 Danh sách khách mời	10	11	12	13	14
15 Gửi thiệp	16	17	18	19	20	21
22 Nhận hỏi đáp	23	24	25	26	27	28 Sinh nhật
29	30	31				

Với sự tổ chức như vậy, tôi có bức tranh toàn cảnh về những gì sẽ xảy ra và có thể đề ra những dự định tốt hơn.

2. Có hệ thống

Hãy tìm câu trả lời cho câu hỏi sau : “Làm cách nào để ăn thịt một con hà mã?”.

Bạn không có câu trả lời? Bạn muốn bỏ cuộc?

Câu trả lời rất đơn giản : “Ăn từng miếng một!”.

Câu trả lời này nghe có vẻ tầm thường nhưng thực tế nó rất logic. Khi đối mặt với bất kỳ điều gì, chúng ta có thể áp dụng chiến lược “từng miếng một” này. Ta có thể chia nhỏ công việc ra rồi từng bước xử lý chúng.

Khi ta có nhiều việc phải làm, có thể ai đó sẽ khuyên là nên giải quyết những vấn đề khó khăn trước. Khi làm xong những việc khó khăn, ta chỉ còn lại những công việc đơn giản. Trong khi đó, có vài người lại khuyên nên bắt đầu với những công việc đơn giản để có động lực hoàn thành phần còn lại. Còn theo tôi, hãy trở nên linh hoạt. Nếu mắc kẹt với những công việc khó khăn thì hãy làm những công việc đơn giản trước. Nếu không, chúng ta sẽ chẳng bao giờ tiến xa hơn được.

3. Hệ thống lưu trữ thích hợp

Một vài người trong chúng ta có thói quen xếp sách vở thành chồng trên bàn. Sẽ chẳng có vấn đề gì nếu chúng ta chỉ có vài cuốn sách cùng với dăm ba quyển vở. Chúng ta hoàn toàn có thể tìm được thứ mà mình đang cần. Nhưng thử hình dung một chồng sách vở với 20 hoặc 30 cuốn xếp từ dưới lên mà xem. Tìm thấy được thứ bạn cần trong đó quả là một kỳ công đấy!

Nếu cuốn sách ta cần nằm ở giữa cái chồng sách lớn đó thì hãy hình dung xem sẽ khó khăn thế nào khi lấy nó ra. Bây giờ, việc làm này cũng giống như chơi trò Jenna vậy. (Jenna - Một trò chơi nổi tiếng thế giới, người chơi phải rút các thanh gỗ trong một hệ thống mà không làm nó sập)

Vậy thì tại sao chúng ta không tự giải thoát mình bằng cách đầu tư cho những kệ sách nhỉ? Khi đó, ta có thể có được không gian trống trên bàn để dành cho những việc thích hợp hơn. Một hệ thống kệ sách được bày biện hợp lý không chỉ làm cho phòng của bạn gọn gàng hơn mà còn giúp cho bạn lấy được những gì bạn cần một cách dễ dàng.

Kết luận : Ngăn nắp là một bước hành động giúp ta đạt được thành công.

Chương 10 : Loại bỏ tính tiêu cực

“Đốt lên một cây nến sẽ tốt hơn là ngồi nguyên rửa bóng tối” – Khuyết danh.

“Tính tiêu cực = Trạng thái được mô tả bằng một quan điểm tồi tệ”.

10.1. Tính tiêu cực

“Tôi không thể làm được. Việc đó quá khó khăn”.

“Tại sao phải làm điều đó cơ chứ? Cuối cùng thì nó cũng chả ra gì đâu...”

“Mọi người xung quanh tôi quá thông minh, còn tôi thì thật ngốc nghếch...”

Đó chỉ là một số trong rất nhiều lời than phiền mà chúng ta thường nghe từ những người xung quanh. Tại sao họ cứ than phiền và tự nhủ rằng họ chẳng giỏi chút nào nhỉ? Liệu họ có thật sự bất tài và không thông minh bằng bạn bè của họ không? Cũng có thể là như thế. Nhưng điều đáng lo lắng hơn chính là thái độ tiêu cực của họ. Nó khiến cho họ cảm thấy thua kém đồng thời trở thành rào cản khiến họ không thể tiến lên được. Mọi việc thường không tệ như ta thấy, nhưng chính thái độ tiêu cực của ta khiến cho tình hình trở nên xấu hơn.

10.2. Cuộc đời là...

Cuộc đời có lúc thăng trầm nên chẳng phải lúc nào nó cũng tồi tệ. Nhưng nếu chỉ chú tâm vào mặt xấu của cuộc đời thì chắc chắn ta sẽ mắc kẹt trong vòng luẩn quẩn. Thỉnh thoảng chúng ta lại nghe kể về những người luôn luôn rầu rĩ và thất bại. Nguyên nhân của tình trạng đáng buồn này là do họ thường tạo ra những hình ảnh tiêu cực cho bản thân mình. Đối với họ, mọi chuyện đều tồi tệ.

Tính tiêu cực có thể dập tắt mọi khả năng sáng tạo của chúng ta. Với quan niệm tiêu cực, chúng ta không thể thấy được cơ hội đến với mình. Vì thế, ta từ bỏ mọi cố gắng của mình và đầu hàng số phận.

Một vấn đề khác của tính tiêu cực chính là vòng tròn nghiệt ngã mà nó tạo ra. Giống như ngọn lửa, nó sẽ lan rộng ra và làm ảnh hưởng đến quan niệm của mọi người, tạo ra một môi trường tiêu cực khiến tất cả đều cảm thấy bế tắc.

Môi trường tiêu cực

Bạn thường thấy gì khi đọc qua các tờ báo hoặc xem chương trình tin tức mỗi ngày? Chắc chắn bạn sẽ đọc và nghe về các tai nạn, thiên tai; hoặc giá cả và mức sống ngày càng tăng cao. Dù tin tức có đưa có đúng sự thật hay không thì chính sự ô ạt của nó khiến ta cảm thấy bi quan về cuộc sống quanh mình.

Câu chuyện con voi

Một người bạn của tôi có cơ hội tham quan hậu trường của một rạp xiếc nọ. Trong khi trầm trồ khen ngợi những chú sư tử và cạp được nhốt trong chuồng thì anh ta hết sức ngạc nhiên khi nhìn thấy những chú voi với cái chân trước bị cột bằng dây thừng. Những con vật to lớn này có thể dễ dàng giật đứt sợi dây đó đi. Thế nhưng, vì một lý do nào đó, chúng lại không làm như vậy.

Bạn tôi tò mò hỏi người huấn luyện thú tại sao lại như vậy. Người huấn luyện giải thích rằng khi còn nhỏ, những chú voi này được buộc bằng sợi dây rất to và chắc chắn. Mặc dù cố hết sức nhưng chúng vẫn không giật đứt được sợi dây. Cuối cùng, chúng đành bỏ cuộc. Khi lớn lên, mặc dù chỉ là một sợi dây nhỏ nhưng chúng tin rằng mình không thể bứt được nên không còn nỗ lực nữa.

Tương tự, nếu chúng ta hình thành trong đầu mình những suy nghĩ tiêu cực thì nó sẽ cản trở sự phát triển của ta. Vì vậy, hãy loại bỏ những tư tưởng tiêu cực và bắt đầu hành trình khám phá thế giới đầy triển vọng.

Cộng đồng bi quan

Ngày nay, ở các quốc gia phát triển, nhiều người đang theo đuổi các nhu cầu vật chất. Chẳng hạn như ở Singapore, người ta chạy theo 5C: Sự nghiệp (Career), Tiền mặt (Cash), Thẻ tín dụng (Credit Card), Công quản (Condominium) và Câu lạc bộ tư (Country Club). Còn những người bị quan thì có một bộ 3C: Phê phán (Cristism), Kết án (Condemnation) và Than phiền (Complaints).

Điều gì sẽ xảy ra khi chúng ta ở gần “cộng đồng 3C” ấy? Khi ấy, chúng ta sẽ trở nên bị quan như họ!

Luật hấp dẫn

Theo định luật hấp dẫn, chúng ta sẽ hút vào trong cuộc sống của chúng ta những gì ta thường nghĩ đến. Chẳng hạn, nếu lúc nào chúng ta cũng chỉ nghĩ đến những điều bị quan thì quan điểm sống của chúng ta cũng sẽ trở nên bị quan. Ngược lại, nếu ta tin vào khả năng của chính mình và thường xuyên nghĩ về những điều tích cực thì ta có thể “thu hút” chúng đến với cuộc sống của mình. Bạn đã bao giờ trải qua điều đó hay chưa?

Câu chuyện con ếch

Có 3 con ếch cùng ngã vào một xô sữa tươi.

Con ếch đầu tiên nhanh chóng đầu hàng số phận và nói “Đời là vậy...”. Nó chẳng thèm vẫy vùng nên chìm dần và chết đuối.

Con ếch thứ hai có đôi chút khát vọng sống nên cố gắng vùng vẫy. Nhưng chỉ một lúc sau, nó nói rằng: “Cái xô này quá sâu. Mình chẳng thể nào nhảy ra được đâu”, rồi đầu hàng và cuối cùng cũng chết đuối.

Trong khi đó, con ếch thứ ba nhìn quanh và nói: “Thật xui xẻo! Nhưng mình sẽ sống và không ngừng chiến đấu!”. Vậy là con ếch thứ ba cố sức đạp chân và nhảy ra khỏi xô sữa. Dù chậm chạp nhưng những chuyển động chậm chạp của con ếch đã khiến sữa dần đặc lại. Và cuối cùng, con ếch đã có được điểm tựa và nhảy ra khỏi cái xô đó. Vậy là chính ý chí mạnh mẽ đã cứu chú ếch thoát chết.

Câu chuyện trên khuyên chúng ta đừng để những suy nghĩ bi quan nhấn chìm bởi luôn có ánh sáng chờ ta ở cuối đường hầm.

Chuyện về người leo núi

Ngày kia, có hai người leo núi bị lạc trên dãy núi Himalaya. Họ đi bộ bốn ngày bốn đêm liền mà vẫn chưa tìm thấy đường ra khỏi thung lũng.

- Tôi ghét bản thân mình vì đã không thể thoát khỏi nơi này. Tôi ghét sự thất bại! Tôi ước mình không phải đối mặt với chúng! – Chàng trai trẻ gào lên.

Nghe thấy thế, người leo núi già trả lời:

- Làm sao chỉ có thành công mà không có thất bại được chứ? Nếu không có thất bại thì sẽ chẳng có thành công đâu. Cũng như phải có đồng thời cả núi và thung lũng. Nếu không có thung lũng thì làm gì có ngọn núi nào nữa.

- Tôi ghét cảm giác thất bại. Nó thật tồi tệ. Chàng trai trẻ vẫn không ngừng cầu nhàu.

- Cậu thật quá bi quan. Tôi nghĩ đó là do cậu luôn nhìn xuống khi bước đi. Người leo núi già nói.

- Vậy có nghĩa là tôi sẽ cảm thấy tốt hơn nếu tôi vừa đi vừa ngẩng cao đầu? Chàng trai hỏi lại và ngược mặt nhìn lên bầu trời.

- Giờ cậu thấy gì nào? Người leo núi già hỏi.

- Chẳng có gì cả, ngoại trừ những ngọn núi.

- Chính xác. Bất cứ khi nào gặp khó khăn hay thất bại, tôi đều ngẩng cao đầu và bước về phía trước để hướng đến thành công. Đó là một trạng thái tâm lý mà tất cả chúng ta đều nên có. Người leo núi già khuyên.

Thung lũng tượng trưng cho những thời điểm khó khăn trong cuộc sống, còn ngọn núi chính là những vinh quang mà chúng ta có thể đạt được.

Vì vậy, hãy nhìn lên khi chúng ta vấp ngã và tìm đường đi đến thành công.

10.3. Chiến lược để loại bỏ tính tiêu cực

1. Chú ý đến lời nói

Đôi lúc chúng ta tự nhủ hoặc nói chuyện với bạn bè bằng những lời bi quan. Khi đó, có thể ta đã làm tổn thương đến những người xung quanh mình. Không chỉ thế, chúng ta chúng ta còn củng cố những suy nghĩ tiêu cực trong đầu. Vậy nên, hãy quan tâm đến những gì bạn muốn nói với bản thân và mọi người, bởi bạn hoàn toàn có thể điều khiển được lời nói của mình.

2. Kết bạn với những người lạc quan

Bạn có nhận ra rằng khi chơi chung với những người lạc quan và hạnh phúc thì bạn cũng trở nên lạc quan và hạnh phúc hơn không? Đó là do năng lượng và cảm xúc lạc quan mà những người đó tạo ra đã ảnh hưởng tích cực đến chúng ta.

3. Kiểm soát những suy nghĩ bi quan

Để kiểm soát những suy nghĩ bi quan của mình, bạn đừng nên phản ứng thái quá với những lời bình phẩm không mấy thiện chí của người khác. Đôi khi chúng ta cảm thấy bị tổn thương bởi những nhận định như vậy, nhưng hãy hỏi bản thân rằng : “Liệu những lời đó có thể làm tổn thương mình hay không?”. Hãy nghĩ rằng những nhận định đó có thể khiến ta cảm thấy tồi tệ hay giận dữ trong phút chốc, nhưng tất cả chỉ là tạm thời mà thôi. Nếu chúng ta tỉnh táo ngăn chặn những suy nghĩ và cảm xúc tiêu cực đó thì chúng sẽ chẳng thể ảnh hưởng đến ta được.

Kết luận : Dù không phải lúc nào con đường đi đến thành công cũng bằng phẳng, nhưng việc có một quan điểm bi quan chắc chắn chẳng thể nào giúp gì được cho bạn. Vì vậy, bạn hãy loại bỏ tư tưởng tiêu cực và nhìn về phía trước!

Lời kết

Chúc mừng bạn đã đọc được đến phần cuối của cuốn sách này! Hy vọng rằng bạn cảm thấy hành trình vừa qua của chúng ta là bổ ích.

Nếu bạn cảm thấy như thế, nghĩa là bạn thật sự quan tâm và mong muốn tìm ra bí quyết để đạt được thành công. Việc đọc những bí quyết và chiến lược nêu ra trong cuốn sách này là phần đơn giản; và phần khó khăn chính là biến những kiến thức mà bạn đã có thành hành động. Tuy nhiên, điều đó không có nghĩa là ta không thể làm được.

Khi còn ấp ủ ý tưởng về cuốn sách này, tôi tự nhủ sẽ hoàn thành và xuất bản nó trong vòng một năm. Tôi tự cam kết và hạ quyết tâm sẽ hành động để thực hiện nó. Nếu tôi không làm như thế thì giờ đây, nó chẳng thể đến với bạn như thế này rồi.

Và tôi muốn kể cho bạn một câu chuyện luôn tạo cảm hứng cho tôi.

Ông giáo sư và người mù chữ

Có một ông giáo sư và một chàng trai mù chữ kết bạn với nhau. Dù họ ở hai thế giới cách biệt nhưng họ có cùng một mục tiêu là làm giàu. Ông giáo sư rất uyên thâm và luôn kể cho chàng trai mù chữ về những hiểu biết của mình. Ông kể cho anh nghe bí quyết làm giàu mà ông đã đúc kết được. Và đó là tất cả những gì mà ông giáo sư làm.

Trong khi đó, anh chàng mù chữ hết sức ngưỡng mộ ông giáo sư. Anh chăm chú lắng nghe và thực hiện theo những lời dạy của ông.

Vài năm sau, anh chàng mù chữ đã trở thành triệu phú trong khi ông giáo sư nọ vẫn ngồi nói về bí quyết làm giàu của mình.

Câu chuyện này gửi đến cho chúng ta thông điệp là hãy làm những gì mình nói. Nếu chỉ nói mà không làm thì kết quả của chúng ta sẽ không khác nào vị giáo sư kia.

Vậy, hãy dành đôi chút thời gian để nghĩ về những gì bạn muốn đạt được và hình thành cho mình một hướng đi để vươn đến mục tiêu. Bạn có thể áp dụng một vài chiến lược đã gợi ý trong cuốn sách này để tạo sự tự tin cho mình và đạt được kết quả như mong muốn.

Và đây là lời chúc thành công cho bạn:

Hãy cẩn trọng và hành động!