NHỮNG CÂU CHUYỆN CỦA
NIỀM TIN VÀ HY VỌNG

CẢM HỨNG SỐNG THEO

THÓI QUEN THÀNH ĐẠT

STEPHEN R. COVEY

TÁC GIẢ CUỐN SÁCH BÁN CHẠY "7 THÓI QUEN CỦA NGƯỜI THÀNH ĐẠT"

NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ

"Chuyện kể là cách thức tuyệt vời nhất để gửi đi một thông điệp, và những câu chuyện trong Cảm hứng sống theo 7 thói quen thành đạt không phải là một ngoại lệ. Covey xác nhận một lần nữa rằng, các nguyên tắc trong 7 Thói Quen là dễ áp dụng và tiếp tục ảnh hưởng đến mọi cá nhân trên hành tinh này."

GREG COLEMAN, Nhà xuất bản Reader's Digest

10 năm kể từ khi ra đời, 7 thói quen của người thành đạt, đã trở thành một hiện tượng trên thế giới, hơn 12 triệu bản sách đã được bán ra, bằng 32 thứ tiếng. Cảm hứng sống theo 7 thói quen thành đạt: Câu chuyện về những người thành đạt nhờ áp dụng 7 Thói Quen chuyển tải điểm cốt lõi trong những kinh nghiệm có thật khi áp dụng những nguyên tắc trong 7 Thói Quen, giúp họ giải quyết vấn đề của mình và vượt qua thách thức. Qua những câu chuyện đầy cảm hứng và mê hoặc lòng người này, bạn sẽ tìm thấy những ví dụ tuyệt vời về niềm hy vọng và lòng can đảm của những người có những trải nghiệm sống động về một sự thay đổi sâu sắc trong nghịch cảnh, trong khi giải quyết mâu thuẫn gia đình, trong hàn gắn những mối quan hệ đổ vỡ, trong lãnh đạo doanh nghiệp, và trong việc tác động đến cộng đồng.

Hiểu biết của độc giả trở nên sâu sắc nhờ lời bình của chính Tiến sĩ Stephen Covey, khi ông giải thích cách áp dụng các thói quen trong từng tình huống cụ thể. Ông cũng đồng thời gia tăng giá trị của những câu chuyện, với những ví dụ rất đắt cho thấy việc áp dụng các thói quen có thể nâng cao chất lượng sống của bạn như thế nào. Dù bạn đọc những cuốn sách khác của ông hay chưa thì những câu chuyện cảm động, đầy sức mạnh này cũng sẽ truyền cho bạn cảm hứng về một sự thay đổi, bằng sự tự do lựa chọn, tiềm năng và năng lực của bạn.

Để sống với sự thay đổi và nhìn nhận sự thay đổi bằng con mắt lạc quan, bạn cần những nguyên tắc không thay đổi. Tôi không thể diễn tả đầy đủ lòng kính trọng và biết ơn của tôi đối với những người đã gửi đến chúng tôi câu chuyện của họ, trước nhiệt tình của họ muốn chia sẻ về những cuộc đấu tranh nội tâm trong khi thực hành theo những nguyên tắc phổ biến và hiển nhiên. Có thể nói, những người đứng ra kể các câu chuyện này đều là những người rất nhân văn, đáng được kính trọng bởi những gì mà họ là đại diện, bởi những gì mà họ cố gắng đạt được và bởi những sứ mệnh mà họ đã hoàn thành. Câu chuyện của họ là minh chứng tuyệt vời và xác thực cho những thay đổi lớn lao. Tôi cảm thấy mình bé nhỏ trước tính nhân văn của họ và đem lòng biết ơn sâu sắc trước những chia sẻ chân thành ấy.

Stephen R. Covey

Stephen Covey là một chuyên gia có uy tín trên thế giới về lý thuyết lãnh đạo và các vấn đề trong gia đình, ông là nhà sư phạm, nhà tư vấn về quản lý, người sáng lập Covey Leadership Center trước đây và là đồng chủ tịch của công ty Franklin Covey ngày nay. Ông đã cống hiến cả đời mình để giảng dạy phương pháp sống và lãnh đạo lấy nguyên tắc làm trọng tâm, nhằm xây dựng các gia đình và tổ chức thành đạt.

Tiến sĩ Covey là tác giả của nhiều cuốn sách nổi tiếng, trong đó có cuốn 7 thói quen của người thành đạt là sách bán chạy nhất trong hơn 10 năm và được độc giả của tạp chí Chief Excutive bình chọn là tác phẩm có ảnh hưởng lớn nhất trong thế kỷ 20. Cuốn sách mới nhất của Tiến sĩ Covey, Bản chất của lãnh đạo (Nature of Leadership), khám phá những nguyên tắc trong lãnh đạo thông qua những cuộc phỏng vấn và nhiều lăng kính khác nhau.

Trong số các giải thưởng gần đây, Tiến sĩ Covey vừa nhận được Huy chương Thomas More College về những cống hiến cho con người, diễn giả xuất sắc nhất, giải thưởng Doanh nhân quốc gia vì những thành tựu trọn đời của Hoa Kỳ và một số bằng tiến sĩ danh dự khác. Ông cũng được tạp chí Times công nhận là một trong 25 người Mỹ có ảnh hưởng lớn nhất thế kỷ 20.

Stephen Covey cùng vợ, bà Sandra và gia đình sống ở Rocky Mountains of Utah.

www.vuontoithanhcong.com

CẢM HỨNG SỐNG THEO

7 THÓI QUEN THÀNH ĐẠT

Stephen R. Covey

Dịch giả: Trần Đăng Khoa
Nguyễn Hồng Vân

NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

LIVING THE 7 HABITS
Stories of Courage and Inspiration
By Stephen R. Covey

Copyright © 1999 by Franklin Covey Company
Franklin Covey and the FC logo and trademarks
of Franklin Covey Co., and their use is by permission.

Right Management Singapore is the exclusive licensee for Franklin Covey Co.
10 Hoe Chiang Road
Keppel Towers #21-06
Singapore 089315
Tel: (65) 6532 4100 - Fax: (65) 6532 4600

Vietnamese Edition © 2009 by TGM Joint Stock Company
Published by arrangement with Franklin Covey Co., USA.
All rights reserved.

CẢM HỨNG SỐNG THEO 7 THÓI QUEN THÀNH ĐẠT
Những câu chuyện của niềm tin và hy vọng
Dịch giả: Trần Đăng Khoa, Nguyễn Hồng Vân

Công Ty Cổ Phần TGM giữ bản quyền xuất bản và phát hành ấn bản tiếng Việt trên toàn thế giới theo hợp đồng chuyển giao bản quyền với Franklin Covey Co., Hoa Kỳ. Bất cứ sự sao chép, trích dẫn nào không được sự đồng ý của TGM và Franklin Covey đều là bất hợp pháp và vi phạm Luật Xuất Bản Việt Nam, Luật Bản Quyền Quốc Tế và Công Ước Bảo Hộ Bản Quyền Sở Hữu Trí Tuệ Berne.

CÔNG TY CỔ PHẦN TGM

#00-03, Tòa nhà NP Tower
232/17 Võ Thị Sáu, Phường 7, Quận 3
Thành phố Hồ Chí Minh
Tel: (08) 6276 9209 – Fax: (08) 6290 9962
Website: www.tgm.vn

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Mục lục

	Số trang
CÁ NHÂN	19
DŨNG CẢM ĐỂ THAY ĐỔI	21
TÌM KIẾM SỰ QUÂN BÌNH TRONG CUỘC SỐNG	59
GIA ĐÌNH	85
NUÔI DẠY TRẺ NHỎ	86
NUÔI DẠY TRẺ VỊ THÀNH NIÊN (hay là được trẻ em nuôi dạy?)	121
HÔN NHÂN VÀ GIA ĐÌNH: COI TRỌNG SỰ KHÁC BIỆT	169
CỘNG ĐỒNG VÀ GIÁO DỤC	193
XÂY DỰNG CỘNG ĐỒNG	194
TRƯỜNG HỌC	244
CÔNG SỞ	286
TĂNG CƯỜNG ẢNH HƯỞNG CỦA BẠN	287
TƯ DUY CÙNG THẮNG TRONG QUẢN TRỊ	304
LÃNH ĐẠO CÁC TỔ CHỨC DOANH NGHIỆP	348

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Thói quen 1: Luôn chủ động

Chủ động không chỉ có nghĩa là đi bước đầu tiên. Đó là nhận lãnh trách nhiệm về hành vi của mình (trong quá khứ, hiện tại và tương lai) và có sự lựa chọn dựa trên những nguyên tắc và giá trị hơn là cảm xúc và hoàn cảnh nhất thời. Người chủ động đại diện cho sự thay đổi, họ có sự lựa chọn không trở thành nạn nhân, hoặc ở vào thế thụ động hoặc đổ lỗi cho người khác. Họ làm điều đó bằng cách phát triển và sử dụng bốn khả năng thiên phú của con người, đó là: tự nhận thức, lương tâm, trí tưởng tượng và ý chí độc lập, theo cách tiếp cận từ trong ra ngoài để tạo ra một sự thay đổi. Họ giải quyết vấn đề bằng cách trở thành một nguồn lực sáng tạo trong cuộc đời mình, đó là quyết định quan trọng nhất mà một người có thể đưa ra.

Thói quen 2: Bắt đầu từ mục tiêu xác định

Tất cả mọi thứ đều được sáng tạo hai lần – lần đầu tiên bằng tinh thần và lần thứ hai bằng vật chất. Các cá nhân, gia đình, tập thể và tổ chức xác định tương lai của mình bằng cách tạo ra một hình ảnh rõ ràng trong đầu và một mục tiêu cho mỗi dự án. Họ không sống ngày này qua ngày khác mà không hề có mục tiêu xác định. Họ có sự xác nhận về mặt tinh thần và cam kết tuân thủ các nguyên tắc, giá trị, quan hệ, và những mục tiêu quan trọng nhất đối với họ. Tuyên ngôn sứ mệnh cá nhân là hình thức cao nhất của lần sáng tạo thứ nhất về tinh thần đối với cá nhân, gia đình hoặc tổ chức. Đó là quyết định quan trọng nhất vì nó chi phối tất cả những quyết định khác. Tạo ra một văn hóa đằng sau một sứ mệnh, một tầm nhìn và những giá trị chung chính là bản chất của sự lãnh đạo.

Thói quen 3: Ưu tiên cho điều quan trọng nhất

Ưu tiên cho điều quan trọng nhất là lần sáng tạo lần thứ hai hoặc sáng tạo về mặt vật chất. Nó tổ chức và thực hiện xung quanh sáng tạo tinh thần (mục đích, tầm nhìn, giá trị và những ưu tiên quan trọng nhất của bạn). Những cái thứ hai không đi trước những cái thứ nhất. Những cái thứ nhất không đến sau cái thứ hai. Các cá nhân và tổ chức tập trung cho cái quan trọng nhất, bất kể nó có khẩn cấp hay không. Điều quan trọng nhất là giữ cho cái quan trọng ở đúng vị trí của nó.

Thói quen 4: Tư duy cùng thắng

Tư duy cùng thắng là khuôn khổ của tư duy, khối óc và con tim nhằm tìm kiếm lợi ích chung trong mọi sự tương tác giữa con người với nhau. Nó dựa trên mô thức suy nghĩ về sự dồi dào, nghĩa là có cơ hội đồng đều, của cải và

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

nguồn lực cho tất cả mọi người, không phải là sự khan hiếm và cạnh tranh một mất một còn. Nó không phải là mô thức suy nghĩ ích kỷ (thắng - thua) hoặc một sự nhượng bộ (thua - thắng). Trong công việc và cuộc sống gia đình, các thành viên suy nghĩ một cách tương thuộc – theo nghĩa "cái ta" chứ không phải "cái tôi". Tư duy cùng thắng khuyến khích việc giải quyết các mâu thuẫn và giúp các cá nhân tìm kiếm giải pháp đem lại lợi ích chung. Đó là sự chia sẻ thông tin, quyền lực, danh hiệu và phần thưởng.

Thói quen 5: Lắng nghe để hiểu biết lẫn nhau

Khi chúng ta lắng nghe với ý định để hiểu rõ chứ không phải để đối đáp, chúng ta bắt đầu một cuộc giao tiếp thật sự và các mối quan hệ được gây dựng. Khi người khác thấy mình được hiểu rõ, họ sẽ cảm thấy tự tin và được tôn trọng, thái độ đối phó sẽ biến mất, cơ hội cho cuộc nói chuyện cởi mở và hiểu biết lẫn nhau sẽ đến một cách tự nhiên và dễ dàng hơn. Muốn hiểu thấu người khác cần đến sự tử tế, để được người khác hiểu rõ mình cần đến lòng can đảm. Thành công nằm trong sự cân bằng giữa hai vế đó.

Thói quen 6: Đồng tâm hiệp lực

Đồng tâm hiệp lực có nghĩa là tạo ra giải pháp thứ ba – không phải cách của tôi, không phải cách của bạn, mà là cách thứ ba tốt hơn cách mà mỗi người có thể nghĩ ra. Đó là kết quả của sự tôn trọng lẫn nhau, của sự hiểu biết và thậm chí tôn trọng những điểm khác biệt của người khác trong giải quyết vấn đề, và nắm bắt các cơ hội. Những tập thể và gia đình có sự đồng tâm hiệp lực sẽ nhân rộng sức mạnh của từng cá nhân, làm cho sức mạnh tổng thể bao giờ cũng mạnh hơn từng phần cộng lại. Những tập thể và quan hệ như thế từ chối sự cạnh tranh thù địch (1+1= ½). Không chấp nhận một sự thỏa hiệp (1+1 =1 ½) hoặc thậm chí cộng tác thuần túy (1+1=2). Họ đi đến một sự hợp tác sáng tạo (1+1=3, hoặc hơn).

Thói quen 7: Tu dưỡng bản thân

Tu dưỡng bản thân chính là việc liên tục đổi mới bản thân trên bốn lĩnh vực cơ bản của đời sống, đó là: thể chất, quan hệ xã hội/tình cảm, tinh thần và trí tuệ. Đó chính là thói quen giúp chúng ta học và rèn giữa các thói quen để thành đạt. Đối với một tổ chức, Thói quen 7 nâng cao tầm nhìn, tự đổi mới, sự cải thiện liên tục, sự an toàn tránh tình trạng quá tải, kiệt quệ và đặt doanh nhiệp vào một lộ trình phát triển mới. Đối với gia đình, nó tăng cường tính hiệu quả trong những hoạt động thường xuyên giữa các cá nhân trong gia đình và thiết lập truyền thống nuôi dưỡng tinh thần đổi mới trong gia đình.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

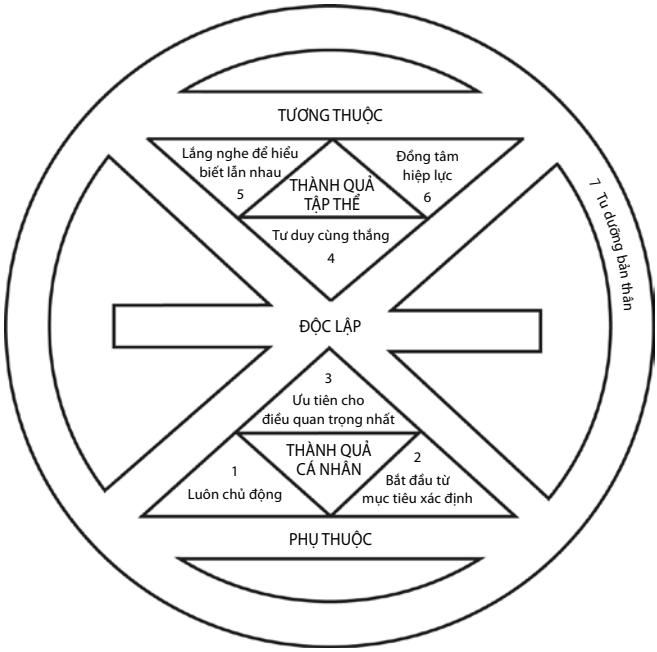
www.vuontoithanhcong.com

Tài khoản tình cảm

Tài khoản tình cảm là lối nói ẩn dụ về lòng tin trong các mối quan hệ. Giống như tài khoản trong ngân hàng, nó là một khoản chúng ta có thể gửi vào và rút ra. Những hành động như tìm kiếm sự hiểu biết, biểu hiện sự quan tâm, đưa ra cam kết và thực hiện đúng cam kết, trung thành với người vắng mặt là những hành động làm gia tăng độ tin tưởng trong các mối quan hệ được gọi là ký gửi vào tài khoản tình cảm. Trong khi đó, biểu hiện thiếu thiện chí, không giữ lời, nói xấu người vắng mặt là những hành động làm giảm lòng tin trong các mối quan hệ, được coi là một khoản thấu chi (chi quá số dư trên tài khoản).

Mô thức

Mô thức là cách thức trong đó mỗi người nhìn nhận về thế giới, không nhất thiết phải đúng như trong thực tế. Nó là tấm bản đồ không phải là một vùng đất cụ thể. Nó là lăng kính của chúng ta, qua đó chúng ta nhìn nhận mọi thứ, được hình thành trong quá trình chúng ta lớn lên cùng với những kinh nghiệm tích lũy theo năm tháng và những lựa chọn của chúng ta.



Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

ĐỂ CUỐN SÁCH NÀY MANG LẠI NHIỀU LỢI ÍCH CHO BẠN NHẤT

Cuốn sách bạn đang cầm trên tay là tập hợp những câu chuyện có thật – chuyện về những con người, trong những bước đi khác nhau trong đời, đã phải đối mặt với những thách thức to lớn trong công việc, trong cộng đồng, trong học tập, trong gia đình, cũng như những thách thức khác trong chính bản thân họ. Những câu chuyện cho biết họ đã vận dụng và thể hiện những nguyên tắc trong 7 Thói Quen để giải quyết những khó khăn thách thức này như thế nào và đã đạt được những kết quả tốt đẹp ra sao.

Vậy những câu chuyện này có ích gì đối với bạn? Nếu bạn đã đọc hoặc làm quen với 7 Thói Quen, chúng sẽ giúp làm mới những hiểu biết và cam kết thực hiện 7 Thói Quen của bạn, có lẽ quan trọng hơn, nó sẽ gợi ra những ý tưởng mới, bằng những cách thức sáng tạo trong việc áp dụng các nguyên tắc để vượt qua những khó khăn thách thức một cách tốt nhất.

Nếu bạn chưa đọc cuốn *7 thói quen của người thành đạt* (The 7 Habits of Highly Effective People) thì những câu chuyện này cũng có tác dụng làm bạn tin tưởng hơn vào khả năng bẩm sinh và sự thông tuệ của mình. Tôi tin rằng chúng có sức mê hoặc và khả năng truyền cảm hứng cho bạn, như chúng đã có năng lực ấy đối với tôi, bạn sẽ hào hứng nhận ra sự tự do, tiềm năng và sức mạnh của mình.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Nhưng trước khi đi xa hơn, có lẽ tôi cần đưa ra một lời thú nhận. Thực ra tôi không phải là người biết đánh giá cao các câu chuyện. Tôi cứ sợ rằng người đọc hay người nghe có thể nghĩ rằng tôi miêu tả thói quen trong câu chuyện mà không thấy rằng thói quen chỉ là ví dụ minh họa cho các nguyên tắc. Nhưng trong hơn 40 năm qua, vợ tôi là Sandra đã nghe hàng trăm bài nói chuyện của tôi và với sự xác tín, cô đề nghị tôi hãy nêu ra nhiều ví dụ minh họa hơn nữa cho những nguyên tắc và lý thuyết mà tôi giảng dạy. Cô khuyên tôi một cách giản dị như thế này, "Anh đừng dùng những lời lẽ khô khan quá, mà hãy dùng những câu chuyện người thật việc thật." Sandra có trực giác nhạy bén đối với những chuyện như vậy và may thay cô không hề ngần ngại khi nói ra điều đó.

Kinh nghiệm dạy tôi rằng Sandra đúng còn tôi thì sai. Tôi đã đi đến chỗ nhận ra rằng một bức tranh không chỉ giá trị hơn một ngàn lời nói như người Viễn Đông từng nói, mà một bức tranh gợi lên qua một câu chuyện còn mang đến một thông điệp có giá trị gấp 10 ngàn lần trong con tim khối óc người ta.

Tôi không thể diễn tả đầy đủ lòng kính trọng và biết ơn của tôi đối với những người đã gửi đến chúng tôi câu chuyện của họ, trước nhiệt tình của họ muốn chia sẻ về những cuộc đấu tranh nội tâm trong khi thực hành theo những nguyên tắc phổ biến và hiển nhiên. Có thể nói, những người đứng ra kể các câu chuyện này đều là những con người rất nhân văn, đáng được kính trọng bởi những gì mà họ là đại diện, bởi những gì mà họ cố gắng đạt được và bởi những sứ mệnh mà họ đã hoàn thành. Câu chuyện của họ là minh chứng tuyệt vời và xác thực cho những thay đổi lớn lao. Tôi cảm thấy mình bé nhỏ trước tính nhân văn của họ và đem lòng biết ơn sâu sắc trước những chia sẻ chân thành ấy.

Nhưng cuốn sách này không chỉ là những câu chuyện kể, bởi vì lồ lộ trong tất cả những chuyện đời muôn mặt ấy là những tư tưởng

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

giống như sợi chỉ hồng xuyên suốt tất cả những câu chuyện. Sợi chỉ hồng ấy dựa trên cái sườn của 7 Thói Quen vốn là những nguyên tắc mang tính phổ quát, hiển nhiên và bất biến. Với từ *phổ quát,* tôi muốn nói rằng những nguyên tắc này có thể được áp dụng trong bất cứ hoàn cảnh nào, trong tất cả những nền văn hóa thuộc về sáu châu lục và vùng lãnh thổ lớn trên thế giới, rằng chúng được tìm thấy trong tất cả các xã hội và thể chế đã thành công trong một thời gian dài. Với từ *bất biến* tôi muốn nói rằng chúng không bao giờ thay đổi. Đó là những quy luật tự nhiên, vĩnh hằng giống như luật vạn vật hấp dẫn. Với từ *hiển nhiên* tôi muốn nói bạn không thể bàn cãi về nó, cũng giống như người ta không thể lý luận với bạn rằng có thể gây dựng lòng tin mà không cần đến sự tin tưởng. (Sơ đồ và tóm lược ngắn gọn về 7 Thói Quen in ở đầu sách giúp bạn tra cứu nhanh.)

Nghe có vẻ tự tin quá, nhưng tôi tin rằng tất cả những người thành đạt đều sống với những nguyên tắc cơ bản trong 7 Thói Quen. Thực ra, tôi tin rằng những thói quen này đang phát triển song song với sự thay đổi đang diễn ra trong một thế giới đầy xáo trộn, nhiều vấn đề và phức tạp như thế giới của chúng ta ngày nay. Để sống chung với những thay đổi và có động thái tự đổi mới, bạn cần những nguyên tắc không thay đổi. Cho phép tôi nêu ra vài luận điểm.

Thứ nhất, ta hãy định nghĩa tính hiệu quả là khi đạt được những kết quả mong muốn theo một cách khuyến khích bạn có được những kết quả tốt hơn trong tương lai. Nói cách khác, thành công ấy phải kéo dài một cách bền vững và cân bằng.

Thứ hai, 7 Thói Quen tượng trưng cho các nguyên tắc, những nguyên tắc này luôn sống, cho đến khi chúng trở thành thói quen, gần như là bản chất thứ hai. Những nguyên tắc đó đơn giản là những quy luật tự nhiên chi phối cuộc đời bạn, bất kể bạn có biết đến nó hay không, có thích nó hay không hoặc có đồng ý với nó

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

hay không, tương tự như vạn vật trên đời đều chịu lực hút của trái đất vậy. Tôi không phải là người sáng chế ra các nguyên tắc đó, tôi chỉ là người sắp xếp chúng và dùng ngôn ngữ để miêu tả những nguyên tắc đó mà thôi.

Tôi thường nhận được yêu cầu, phần lớn là từ giới truyền thông, đưa ra những ví dụ và bằng chứng về 7 Thói Quen. Và tôi vui lòng chia sẻ cả bằng chứng lẫn ví dụ ở khắp mọi nơi. Nhưng tôi nghĩ, ví dụ tốt nhất và bằng chứng thuyết phục nhất chính là điều mà bạn tận mắt thấy; vì vậy, tôi đề nghị – đôi khi nghe như một lời thách thức – với người đặt câu hỏi: "Các bạn hãy nghĩ về bất cứ một cá nhân, một gia đình, một dự án hoặc một tổ chức nào thành công lâu dài mà bạn đem lòng ngưỡng mộ, đó chính là ví dụ và minh chứng tốt nhất đối với bạn." Dù người ngưỡng mộ có nhận ra 7 Thói Quen trong đó hay không thì điều đó cũng không quan trọng. Người ta sống theo những nguyên tắc đã được chứng minh. Tôi chưa gặp bất cứ ai nghiêm túc phản bác một nguyên tắc nào trong số những nguyên tắc cơ bản đó. Họ có thể không thích cách nói hoặc cách miêu tả các thói quen và điều này không có gì sai trái cả. Điều đó chẳng liên quan đến những câu chuyện chút nào. Thực ra, trong hoàn cảnh của mình, họ có thể nghĩ ra một ví dụ trái ngược về cùng một nguyên tắc. Nhưng nguyên tắc chịu trách nhiệm [Thói quen 1] là hiển nhiên. Cũng như thế với nguyên tắc sống có mục đích và giá trị [Thói quen 2] và sống cho những điều quan trọng nhất [Thói quen 3]. Tương tự như thế là sự tôn trọng lẫn nhau và vì lợi ích của nhau [Thói quen 4], sự hiểu biết lẫn nhau [Thói quen 5], sự hợp tác sáng tạo giữa các bên [Thói quen 6] và nhu cầu cho một sự đổi mới và cải thiện liên tục [Thói quen 7]. Những nguyên tắc này giống như các vitamin và khoáng chất có trong tất cả các loại thức ăn. Chúng có thể được cô

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

đặc, kết hợp, sắp xếp lại theo thời gian và đóng gói lại thành thực phẩm bổ sung. Điều tương tự cũng diễn ra với 7 Thói Quen. Những yếu tố cơ bản gọi là nguyên tắc được tìm thấy trong tự nhiên có thể được diễn đạt dưới nhiều hình thức khác nhau. Hàng triệu người ở khắp nơi trên thế giới đã tìm thấy những tập hợp nguyên tắc của việc sử dụng 7 Thói Quen được "đóng gói" lại theo trình tự thời gian. Câu trả lời cho những câu hỏi "tại sao" và "như thế nào" được tìm thấy trong những câu chuyện này. Hãy để Thượng Đế hoặc Tự Nhiên cấp chứng chỉ cho những nguồn dưỡng chất đó.

HAI VAI TRÒ CỦA TÔI

Tôi sẽ cố gắng đóng hai vai trò trong cuốn sách này, người dẫn đường và người thầy. Đầu tiên là vai trò người dẫn đường: nếu bạn là một khách du lịch, giả sử bạn muốn đến sông Nile, chắc chắn bạn cần một người dẫn đường gợi ý cho bạn nên đi thăm thú những đâu và nói cho bạn biết ý nghĩa của những danh lam thắng cảnh đó. Tuy vậy, có thể bạn đã đến đó vài lần hoặc đã chuẩn bị thật kỹ cho chuyến đi nên bạn không cần một người như vậy mà thích tự mình thám hiểm. Với những câu chuyện này cũng vậy. Bạn là người quyết định sự hướng dẫn ấy có cần thiết với mình hay không. Nếu không, hãy bỏ qua lời giới thiệu trước mỗi câu chuyện.

Thứ hai, vai trò người thầy: cuối mỗi chuyện là một lời bình ngắn, nhấn mạnh một điểm đặc biệt nào đó hoặc trình bày một quan điểm hoặc đưa ra một cách nghĩ hoàn toàn mới có thể mở rộng hiểu biết và/hoặc động lực của bạn, giúp bạn hành động theo một cách thức nào đó. Một lần nữa, quyết định là ở bạn. Bạn có sự lựa chọn: tự mình đưa ra kết luận hay học được cái gì từ những lời bình đó.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Tôi đi đến chỗ tin rằng học tập chính là sự lặp lại, rằng nếu bạn thật sự muốn giúp người khác trở nên giỏi giang một cách có ý thức, bạn cần lặp đi lặp lại những thuật ngữ và khái niệm, nhưng với một cách thức mới mẻ và soi chiếu chúng dưới những góc độ khác nhau. Đó chính là điều mà cuốn sách này muốn hướng tới. Bởi vì đây là một cuốn sách về những người cố gắng sống theo 7 Thói Quen nên những thuật ngữ trong 7 Thói Quen sẽ được lặp lại trong suốt cuốn sách. Thông thường, người kể chuyện đề cập thẳng đến thói quen được áp dụng trong trường hợp cụ thể. Nhưng nếu họ không nói rõ, và nếu tôi không nêu ra trong lời giới thiệu hoặc lời bình, tôi sẽ chú thích trong ngoặc vuông ở ngay bên cạnh, ví dụ [Thói quen 1: Luôn chủ động]. Nếu vì một lý do gì đó điều này làm phiền bạn, hãy quên nó đi và đọc tiếp, nhưng tôi có bằng chứng rằng điều này có ích cho bạn đọc, cả với những người quen với 7 Thói Quen lẫn những người biết đến chúng lần đầu, nó giúp họ nhận ra một cách có ý thức nguyên tắc đang được nói tới.

Trong lời bình, tôi thường đề cập đến các thói quen, thường thì với một mức độ hoặc góc độ và kinh nghiệm khác. Xin nhớ rằng, mục đích của cuốn sách là giúp bạn đọc hiểu sâu hơn và có quyết tâm hơn trong việc thực hiện những nguyên tắc thể hiện trong 7 Thói Quen. Đừng để cho ngôn từ làm bạn rối trí. Điều quan trọng nhất, những nguyên tắc này tồn tại trong tự nhiên và chi phối kết quả của tất cả những hành động của chúng ta. Xin bạn nhớ rõ rằng, đây là những nguyên tắc hiển nhiên. Tôi chỉ sử dụng ngôn ngữ để nhận dạng một số sự thật mà sâu thẳm trong lòng bạn cũng đã biết. Tôi cố gắng làm cho chúng trở nên rõ ràng xác thực để chúng có thể tác động đến cách bạn suy nghĩ, ra quyết định và hành động mà thôi. Vì vậy, từ ngữ trong 7 Thói Quen chỉ

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

là những ký hiệu trong thế giới của các nguyên tắc. Chúng cũng giống như chiếc chìa khóa mở ra cánh cửa ý nghĩa.

Đây là những câu chuyện có thật, trong nhiều trường hợp chính là những ngôn từ do người kể chuyện dùng. Một số trường hợp cần đến ngòi bút của người biên tập, nhưng chúng tôi cố gắng giữ lại nguyên vẹn ý nghĩa và ý định của người kể, cả giọng kể lẫn tinh thần của câu chuyện nữa. Hầu hết tên người trong những câu chuyện này đã được thay đổi để đảm bảo sự riêng tư. Một số trường hợp ngoại lệ, tên người kể được đưa lên ngay trong tựa đề.

CUỘC ĐẤU TRANH BẮT ĐẦU TỪ BÊN TRONG

Khi bạn đọc những câu chuyện này, hãy nhớ rằng những người kể chuyện thường có cách tiếp cận từ trong ra ngoài, vốn đòi hỏi phải đấu tranh với chính bản thân mình, phải hy sinh niềm tự hào và cái tôi cá nhân để sau đó có một sự tự đổi mới đầy ý nghĩa trong cuộc sống và phong cách làm việc. Một sự thay cũ đổi mới gần như bao giờ cũng đòi hỏi nỗ lực to lớn cùng với lòng kiên trì và quyết tâm trước sau như một. Bốn khả năng thiên phú của con người là khả năng tự nhận thức, tưởng tượng, lương tâm và ý chí độc lập thường được sử dụng và coi trọng. Gần như bao giờ cũng có một tầm nhìn khả thi và đáng mong muốn. Và gần như bao giờ điều đó cũng kéo theo kết quả tuyệt vời. Lòng tin được hồi phục. Những mối quan hệ đổ vỡ được hàn gắn. Đạo đức nhân cách tiếp tục được nâng cao với một nỗ lực rõ rệt cho một sự thay đổi.

Bạn sẽ bắt gặp bản thân mình trong một số câu chuyện này hơn là một số chuyện khác. Đây là tập hợp những câu chuyện đã được tuyển lựa một cách kỹ càng, phản ánh tính độc đáo của chúng.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Khi đánh giá cao một câu chuyện và nhận ra những nguyên tắc phổ quát cơ bản có liên quan đến mình trong chuyện, bạn sẽ tin tưởng hơn vào khả năng thích ứng và áp dụng những điều căn bản trong 7 Thói Quen vào bất cứ hoàn cảnh khó khăn nào, hoặc bất cứ thử thách nào bạn phải đối mặt trong hiện tại hoặc tương lai. Bạn cũng bắt đầu nhìn thấy cơ hội trong những vấn đề của mình để giải phóng năng lực sáng tạo bên trong bạn. Khi chúng ta giải quyết xong một vấn đề, chúng ta dứt bỏ được một cái gì đó. Khi chúng ta sáng tạo, chúng ta mang một cái gì đó đến với đời. Thật trớ trêu, tính sáng tạo giải quyết vấn đề tốt hơn phương pháp giải quyết vấn đề. Bạn sẽ thấy điều đó lặp đi lặp lại trong những câu chuyện này. Hãy đón nhận chúng, học hỏi từ chúng và suy nghĩ về chúng. Chúng sẽ mang đến cho bạn niềm hy vọng và niềm tin vào bản thân, cùng năng lực sáng tạo bên trong bạn.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

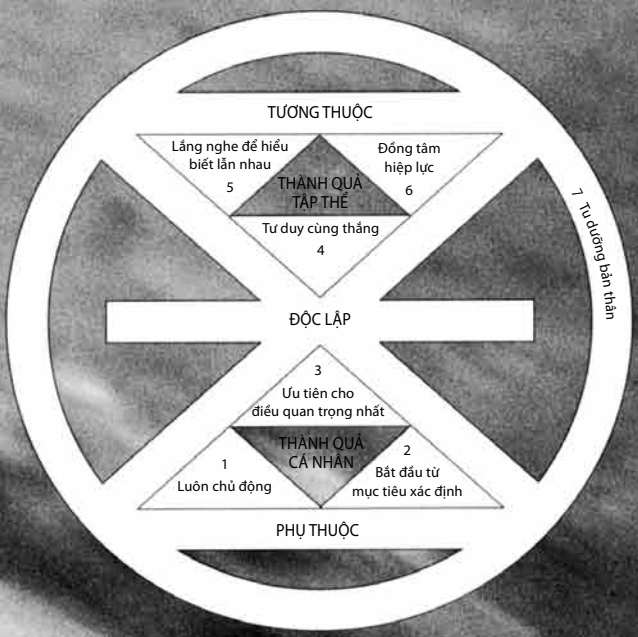
www.vuontoithanhcong.com

Phần một:

CÁ NHÂN

"BẤT CỨ ĐIỀU GÌ BẠN CÓ THỂ LÀM HOẶC MƠ ƯỚC LÀM, HÃY BẮT ĐẦU NGAY LẬP TỨC! SỰ CAN ĐẢM MANG TRONG NÓ CẢ SỨC MẠNH, PHÉP MÀU LẪN TRÍ THÔNG MINH VƯỢT BẬC."

GOETHE



Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

DŨNG CẢM ĐỂ THAY ĐỔI

- SAO TÔI CÓ THỂ SỐNG HOÀI SỐNG PHÍ?
- RỜI BỎ NƠI AN CƯ LẠC NGHIỆP
- KHÔNG BAO GIỜ LÀ QUÁ TRỄ CHO MỘT SỰ THAY ĐỔI
- SỐNG CHO HÔM NAY
- CỬA HÀNG BÁN HOA CỦA TÔI
- CƠN ÁC MỘNG GIỮA BAN NGÀY
- BẠN THÀNH CÔNG... NHƯNG LIỆU BẠN CÓ HẠNH PHÚC?
- CÂU CHUYỆN CỦA MỘT NGƯỜI TÙ

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Sao tôi có thể sống hoài sống phí?

Người phụ nữ bất hạnh này đã sử dụng đến cả bốn khả năng thiên phú để làm lại cuộc đời theo đúng nghĩa đen. Hãy chú ý đến sự trưởng thành của chị trong tự nhận thức, cách chị phát huy trí tưởng tượng và tự vấn lương tâm và cách mà chị thực hành với một ý chí độc lập để khám phá và thay đổi cuộc đời. Đóng góp của chị thật lớn lao, với một sự bình yên thanh thản trong tâm hồn.

Năm tôi 46 tuổi thì cũng là lúc chồng tôi, Gordon, bị chuẩn đoán mắc bệnh ung thư. Không hề do dự tôi xin nghỉ hưu non để sớm tối bên anh. Mặc dù anh còn sống thêm 18 tháng nữa so với thời hạn dự đoán, nỗi đau của tôi vẫn là cái gì không thể chịu đựng nổi. Giáng sinh đầu tiên không có anh trong đời, tôi chả bận tâm đến việc trang hoàng nhà cửa nữa. Tôi đau đớn khi nghĩ đến những ước mơ không thành của vợ chồng tôi, những đứa cháu nội cháu ngoại mà anh không có cơ hội ôm chúng vào lòng hay xoa đầu chúng. Tôi thường hay lẩm bẩm một mình nói chuyện với anh, nhưng việc đó chỉ nhắc tôi nhớ rằng anh đã không còn có mặt trên đời này nữa. Nỗi đau ngấm vào mọi ngóc ngách trong tâm hồn tôi. Một người đàn bà 48 tuổi như tôi đã không còn lý do gì để sống tiếp nữa.

Trong tôi luôn nhói lên một câu hỏi nhức nhối không yên: "Tại sao Chúa Trời lại mang Gordon của tôi đi chứ không phải là tôi?" Tôi nghĩ Gordon có thể làm được nhiều việc cho đời hơn là tôi. Vào thời điểm tồi tệ nhất trong đời, khi cả thể xác, tâm hồn lẫn tinh thần của tôi đều rệu rã, bạc nhược đến mức không thể đo lường được, tình cờ tôi đến với 7 Thói Quen. Tôi như được dẫn dắt để tự đặt ra câu hỏi cho mình: "Nếu tôi có mặt trên đời vì một lý do nào đó, thì nó có thể là cái gì?" Với câu hỏi như thế, tôi có động lực đi tìm một ý nghĩa mới mẻ trong cuộc đời mình.

Thói quen "Bắt đầu từ mục đích xác định" gợi ý bạn tìm hiểu về những vai trò của mình trong cuộc sống. Thế là tôi lên biểu đồ cho

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

những vai trò trước đây của mình trong giai đoạn Gordon vẫn còn sống. Trong biểu đồ thứ hai, tôi thấy một khoảng trống lớn trong phần sự nghiệp và vai trò người vợ. Khoảng trống to đùng này khiến tôi nhận ra sự thay đổi ghê gớm trong đời mình. Tôi đặt một dấu chấm hỏi to tướng ở đó: "Vậy những vai trò sắp tới của mình là gì đây?"

Tôi đón nhận ý nghĩ rằng, tất cả mọi thứ trên đời đều được sáng tạo hai lần – lần đầu tiên về mặt tinh thần và lần thứ hai là về mặt

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

vật chất. Tôi sẽ phải viết một kịch bản mới cho đời mình. Tôi tự hỏi, "Mình có được tài năng gì nào?" Thế là tôi thực hiện phép thử về khả năng của mình, nhờ thế tôi có cái nhìn khá rõ ràng về ba việc mà tôi làm giỏi nhất. Để có được sự quân bình trong cuộc sống, tôi tập trung vào bốn khía cạnh chính: về mặt trí tuệ, tôi nhận ra rằng tôi yêu thích công việc giảng dạy; về tinh thần và đời sống xã hội, tôi muốn tiếp tục cổ vũ cho sự hòa hợp sắc tộc mà chúng tôi đã có được trong cuộc hôn nhân dị tộc của chúng tôi; về đời sống tình cảm, tôi biết tôi muốn mang tình yêu thương đến cho những người khác. Khi mẹ tôi còn sống, bà thường chăm sóc những bệnh nhi trong bệnh viện, tôi cũng muốn đem đến cho những đứa trẻ bệnh tật niềm an ủi và sự nâng đỡ như bà đã từng làm và tiếp tục di sản bà để lại, đó là một tình yêu vô điều kiện.

Tôi sợ mình sẽ thất bại. Tôi chưa bao giờ làm bất cứ việc gì như thế trong đời, trừ công việc cho Hội Cựu Chiến Binh. Nhưng tôi tự nhủ, tất cả rồi sẽ ổn, hãy thử làm những điều mới mẻ như cách ta thử đội những chiếc mũ mới. Sau một học kỳ, nếu không thích công việc dạy học thì tôi có thể đổi việc khác, cũng chẳng mất gì. Nếu việc nuôi dưỡng mối quan hệ hòa hợp giữa các chủng tộc không phù hợp với tôi thì cũng chẳng hề gì, tôi có thể có một lựa chọn khác. Tôi ghi danh học cao học để có thể giảng dạy ở các trường đại học. Chương trình học thạc sĩ không dễ chút nào và nó đặc biệt khó khi người ta đã 48 tuổi. Tôi đã từng quen với việc phó thác công việc văn thư giấy tờ cho thư ký của mình làm, nay khi bắt đầu đi học lại, tôi phải tự học đánh máy bài vở của mình trên máy vi tính.

Sức tập trung chú ý của tôi bị suy giảm khá nhiều sau cái chết của Gordon. Tôi cảm thấy khó mà bắt mình đọc những cuốn sách mà tôi phải đọc trong chương trình cao học. Cần phải vận dụng đến ý chí để tắt tivi hoặc thoát khỏi một chương trình ưa thích. Nhưng tôi biết mình cần phải từ bỏ những việc làm này nếu muốn đến được nơi tôi muốn đến [Thói quen 3: Ưu tiên cho điều quan trọng nhất].

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Tôi hoàn thành chương trình cao học với số điểm tuyệt đối và bắt đầu giảng dạy môn lịch sử tại một trường đại học dành cho người da đen ở Little Rock. Tôi được thống đốc bang bổ nhiệm làm việc trong Ủy ban Martin Luther King (Martin Luther King Commission) để cải thiện mối quan hệ sắc tộc ở bang Arkansas. Tôi chăm sóc những đứa trẻ nạn nhân của căn bệnh AIDS, vừa mới chào đời đã bị mẹ chối bỏ, bị vứt vào một cái cống nào đó. Tuy tôi không có nhiều thời gian ở bên chúng, tôi biết mình đã đem lại cho chúng chút hơi ấm tình thương, và về phần mình tôi cũng nhận được tình yêu của những sinh linh bé bỏng này. Nó mang đến cho tôi cảm thức sâu xa về sự yên bình trong nội tâm.

Cuộc sống hiện nay của tôi có thể nói là rất tốt đẹp. Tôi có thể cảm thấy Gordon của tôi đang mỉm cười với mình. Trước khi từ giã cõi đời, anh ấy đã nhiều lần bảo tôi rằng, anh mong muốn tôi có một cuộc sống trọn vẹn, đầy ắp tiếng cười, những ký ức hạnh phúc và những điều tốt đẹp. Sao tôi có thể sống hoài sống phí, đi ngược lại sự dẫn dắt như thế của người chồng quá cố? Không có chuyện đó. Tôi có bổn phận phải sống tốt đẹp cho bản thân và cho những người mà tôi yêu thương nhất – dù họ còn sống ở trên đời này hay đã sang thế giới bên kia.

Người phụ nữ đáng khâm phục này không những chịu trách nhiệm về cuộc đời mình, chị còn khôn ngoan tạo ra một ý nghĩa tinh thần mới mẻ cho cuộc sống của mình (Thói quen 2: Bắt đầu từ mục tiêu xác định). Câu chuyện đầy cảm hứng của chị là một minh chứng cho tầm quan trọng của sự cân bằng giữa bốn khía cạnh trong cuộc sống được thể hiện trong Thói quen 7: Tu dưỡng bản thân về mặt thể chất, tình cảm, đời sống xã hội và đời sống tinh thần. Chị cũng phải đối mặt trực diện với nỗi sợ phải rời bỏ vùng an toàn nếu thất bại. Thật không phải là một việc dễ dàng chút nào. Chị nhẫn nại, kiên tâm và cuối cùng đã được tưởng thưởng.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Rời bỏ nơi an cư lạc nghiệp

Nhiều người trong chúng ta có cảm giác mình bị mắc kẹt trong hoàn cảnh hiện tại. Họ không tìm thấy lối thoát, nhưng thậm chí cũng chẳng đặt ra câu hỏi, "Mình có thể làm việc gì khác không?" Đây là câu chuyện về một cặp vợ chồng có can đảm làm bất cứ việc gì cần để thực hiện cam kết của mình, và nhờ thế họ không chỉ giữ được mái ấm gia đình mà còn tìm thấy sự thỏa mãn trong công việc.

Tôi từng có một công việc rất tốt, tôi làm việc cho chính phủ liên bang ở thủ đô Washington. Tôi vẫn tưởng gia đình mình hạnh phúc và sung sướng với hoàn cảnh hiện tại. Nhưng tôi đã nhầm, bao giờ cũng bận tối mắt tối mũi với những việc quốc gia đại sự nên tôi đã không nhận ra điều đó. Vợ con tôi phải theo tôi đi khắp nơi trên thế giới, cuộc sống của chúng tôi là một sự thuyên chuyển bất tận hết nơi này đến nơi khác. Cuối cùng vợ tôi nói, "Lần này anh có thể chuyển đến một nơi nào đó để gia đình ta có thể sống hạnh phúc không?"

Tôi yêu thích công việc đang làm, nhưng khu vực nội ô trong thủ đô Washington không phải là nơi tốt nhất cho gia đình chúng tôi. Nếu là trước đây, tôi sẽ tặc lưỡi nói, "Thôi mà em yêu, em phải có lý một chút chứ. Anh không thể chọn nơi mình muốn đến. Em cũng biết là anh làm việc theo chỉ thị của cấp trên mà. Họ bảo đi là đi, bảo đến là đến, thế thôi." Nhưng lần này, khi nhìn vào mắt cô ấy, tôi nhận ra đó không phải là ý muốn nhất thời. Ở một khía cạnh nào đó, nó là cuộc sống hay cái chết. Tôi hiểu rằng có lẽ là quá đủ đối với sức chịu đựng của cô ấy. Dùng Tuyên Ngôn Sứ Mệnh của mình như một lời nhắc nhở về điều mà tôi coi trọng nhất [Thói quen 2: Bắt đầu từ mục tiêu xác định], tôi bảo vợ, "Được rồi, để anh thử xem có thể làm được gì."

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Ngày hôm sau tôi đến gặp sếp và nói, "Thưa sếp, tôi rất yêu thích việc mình làm ở đây. Tôi tìm thấy niềm vui trong công việc, nhưng tôi còn có gia đình và phải cân bằng giữa hai vế. Vợ tôi không muốn sống ở đây nữa. Tôi nghĩ cô ấy muốn đến một nơi nào khác, bất kể tôi có thích thế hay không. Nếu không có người thân ở đây tôi sẽ không yên tâm công tác. Có lẽ, tôi sẽ không có khả năng hoàn thành công việc tốt như sếp mong muốn, bởi vì tôi sẽ luôn lo lắng cho vợ con ở nhà."

Sếp không muốn mất tôi, và ông biết là tôi hoàn toàn nghiêm túc. Trong những cuộc trao đổi tiếp theo về đề tài này, ông nói đến việc sẽ mở văn phòng đại diện ở một nơi nào đó và tôi xứng đáng đảm nhận trách nhiệm này. Ông giúp tôi có được công việc đó. Khi đồng nghiệp hay tin tôi rút khỏi cuộc sống tiện nghi ở thủ đô, ai nấy đều tỏ ra nghi ngại. Họ nói, "Stan à, anh có điên không đấy? Anh đã vứt đi cơ hội được thăng chức đó. Anh đang làm cái gì vậy?" Họ thực sự lo rằng tôi sẽ phải hối hận vì sự điên rồ nhất thời của mình.

"Tôi không nghĩ là mình quăng đi bất cứ thứ gì," tôi đáp, "tôi chỉ chọn một nơi ở khác tốt hơn mà thôi." Mọi người lắc đầu, rồi vỗ lên vai tôi mấy cái ra chiều thương hại một kẻ không thức thời.

Tôi chuyển gia đình từ thủ đô Washington đến một thành phố nhỏ. Tôi là đại diện văn phòng và lại được tiếp tục làm công việc mà tôi yêu thích. Tôi vẫn gặp đồng nghiệp cũ và thi thoảng cũng được đi công tác. Các con tôi rất vui, chúng theo học ở một ngôi trường nơi chúng phát huy được năng lực của mình và nhận được sự quan tâm của thầy cô, bạn bè. Vợ tôi thì vui mừng quá đỗi với ngôi nhà đầu tiên của chúng tôi. Mỗi tuần chúng tôi dành ra hai buổi tối gọi là "tối gia đình". Đó là khoảng thời gian vợ chồng con cái chúng tôi quây quần bên nhau, chúng tôi thích cùng nhau làm vườn, trồng cây. Trước tới giờ tôi chưa bao giờ nhận ra rằng công việc quét sân, nhổ cỏ ngoài vườn lại thú vị đến như vậy.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

"Coi này, tôi yêu thích việc đang làm. tôi tìm thấy niềm vui trong công việc. Nhưng tôi cần cân bằng giữa sự nghiệp và gia đình."

Có một điều chắc chắn, chúng ta trực tiếp kiểm soát hành vi của mình. Còn với hành vi của người khác chúng ta chỉ có thể tác động gián tiếp, dựa trên những cách thức tác động đến người khác. Trên đời còn có nhiều thứ mà chúng ta không thể tác động được, đó là những thứ như thời tiết, nền kinh tế, gia đình thông gia và gen di truyền. Điểm mấu chốt của ba thách thức này (tác động trực tiếp, tác động gián tiếp và không thể tác động) bao giờ cũng thế: bạn phải bắt đầu bằng cách đổi mới chính bản thân mình: thói quen, các phương pháp tác động hoặc thái độ của bạn. Cặp vợ chồng trong câu chuyện này đã chọn lựa và thay đổi hoàn cảnh của mình. Kết quả, cuộc sống của họ đạt đến độ hài hòa, yên bình, hạnh phúc trong cả đời sống của mỗi thành viên lẫn cả gia đình. Họ thay đổi phương pháp tác động đến người khác bằng Thói quen 5: Lắng nghe để hiểu biết lẫn nhau. Họ thay đổi phương pháp tác động đến sếp của người chồng bằng cách tìm kiếm sự thông cảm và hợp tác của người này. Và đi đến một thỏa thuận hai bên cùng có lợi (Thói quen 4 và 6: Tư duy cùng thắng và Đồng tâm hiệp lực). Thật tuyệt vời khi thấy những con người tự do thực sự đạt được điều gì khi họ đứng ra chịu trách nhiệm về cuộc đời mình và có tinh thần chủ động.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Không bao giờ là quá trễ cho một sự thay đổi

Câu chuyện thể hiện những yếu tố cơ bản của tiến trình thay đổi: tự nhận thức, chịu trách nhiệm, những biểu hiện đáng tin cậy, sự hỗ trợ trong nhóm và thực thi trách nhiệm.

Tôi là một giáo viên dạy học cho người lớn. Trong những buổi giới thiệu các khóa học do tôi đứng lớp, thường có nội dung: mọi người cho biết lý do tại sao họ có mặt ở đây. Một lần, có một người đàn ông đứng dậy và nói, "Tên tôi là Harry. Năm nay tôi 76 tuổi và sở dĩ tôi có mặt ở đây là vì bà xã muốn tôi đi học." Cả lớp cười rộ lên, nhưng cái ông Harry ấy vẫn tỏ ra rất nghiêm túc. Ông tiếp tục, "Vợ tôi bảo rằng đây là cơ hội cuối cùng của tôi. Nếu tôi không sống cho ra hồn thì tôi chỉ có nước cuốn gói ra khỏi nhà. Thầy biết đấy, tôi suốt đời là một kẻ chả ra gì. Thầy có nghĩ là mọi chuyện đã quá trễ đối với tôi không?"

Tôi trả lời, "Sẽ là quá trễ nếu ông không bắt đầu ngay bây giờ."

Trong khi khóa học diễn ra, một nhóm lấy ông làm đề tài nghiên cứu về cá nhân. Harry là một người mà bạn sẽ không muốn yêu quý đâu, nhưng rốt cuộc bạn sẽ vẫn yêu quý ông như thường. Harry khá dí dỏm và hơi có phần tinh quái. Bạn có thể thấy lý do vợ ông có thể đi đến quyết định chấm dứt mọi ràng buộc với ông. Tài khoản tình cảm của ông đối với bà vợ lâm vào tình trạng thấu chi (chi quá số dư trên tài khoản). Ông ký gửi vào tài khoản tình cảm quá ít mà lại rút ra quá nhiều trong những năm qua. Trong thực tế, bà không còn tình cảm quyến luyến gì với người chồng. Thông qua những bài thực hành, tư vấn và giảng giải, Harry bắt đầu thường xuyên bổ sung tài khoản tình cảm của mình, bằng những việc trước kia ông chưa từng làm. Đầu tiên, bà vợ không tin là ông thành thật và điều này khiến ông nản lòng. Ông buồn vì bà không thể nói rằng, "Coi kìa, ông xã mình thay đổi ghê chưa!" Harry muốn bỏ cuộc, nhưng

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

cả nhóm không cho phép ông làm như thế. Họ nói, "Tài khoản tình cảm giữa ông và bà nhà đã bị rút hết rồi, ông phải bù đắp lại những khoản đó chứ."

Thế là Harry bắt đầu phụ việc nhà, làm những việc mà ông chưa mó tay bao giờ. Ông đổ rác, tự tay dọn dẹp nhà cửa, rửa chén bát và bắt đầu có động thái đỡ đần bà xã việc này việc kia. Đấy là bước chuyển biến đầu tiên của ông. Tuy vậy, vợ ông vẫn chưa cảm thấy tin tưởng, bà vẫn giận dữ nghĩ rằng, "Ôi dào cứ làm bộ thế thôi, chẳng được mấy nả đâu." Thế là ông tiếp tục làm những việc nho nhỏ, chẳng hạn một hôm bà lái xe ra khỏi nhà xe thì thấy xe đã được cọ sạch bóng, với bình xăng đầy đến tận ngọn.

Nếu về nhà mà thấy vợ đang bận rộn, Harry sẽ ân cần hỏi, "Tôi chạy ra cửa hàng mua đồ cho mình nhé? Có việc gì tôi có thể giúp mình không?" và tiếp tục làm những việc như thế. Ông cũng bắt đầu đưa vợ đi ăn trưa và làm tất cả những việc đại loại như vậy. Bạn thấy đấy, tình yêu cũng như ngọn lửa đã tàn nhưng vẫn có thể thổi bùng lên.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Lớp chúng tôi sinh hoạt hai giờ một tuần trong suốt 11 tuần lễ, vì thế chúng tôi có thể theo dõi diễn biến trong từng tuần một. Nhiều tuần lễ trôi qua, bà vợ bắt đầu tin tưởng vào ông chồng già và cảm thấy hình như chồng mình có thay đổi thật. Ngày kết thúc khóa học, Harry đến lớp với nụ cười rạng rỡ. Ông bước lên trên bục, ôm tôi một cái thật thặt. Tôi cũng thật tình ôm ông nồng nhiệt và nói, "Này Harry, xem ra đây không phải là việc làm tinh quái của ông chứ?" Còn ông thì đáp, "Ồ không, vòng ôm này là của bà nhà tôi đấy và bà ấy đã làm bánh cho cả lớp. Bà ấy muốn tôi nói với cả lớp rằng, tôi có thể ở lại nhà – tức là tôi không phải cuốn gói ra khỏi nhà nữa!"

Sự hỗ trợ thật sự trong một nhóm, với những mối quan tâm chân thật và ý thức trách nhiệm, không chỉ khiến cho một ông già 76 tuổi có sức mạnh làm lại từ đầu mà còn là những yếu tố cơ bản thông thường cho những nỗ lực tự đổi mới một cách thành công. Những sự cố đơn nhất có thể bắt đầu cho một tiến trình thay đổi, nhưng thường là chưa đủ để phát huy tác dụng. Cả tiến trình thay đổi lẫn những những yếu tố hỗ trợ có tính hệ thống đều dựa trên những nguyên tắc phổ quát, hiển nhiên và bất biến.

Nhiều năm về trước, khi hoàn thành một khóa học của tôi ở trường đại học, tôi nhớ đã hỏi vị giáo sư có bài thuyết trình rằng, "Nếu thầy có thể bắt đầu sự nghiệp của mình một lần nữa, thì thầy có làm khác đi không?" Ngoài việc giảng dạy, ông cũng còn là một diễn giả nổi tiếng thế giới. Câu trả lời của ông vừa thú vị vừa có tính hướng đạo, và tôi tin rằng cùng với nhiều điều khác, nó có một tác động rất lớn trong cuộc đời tôi. Ông nói, "Tôi muốn lập nên một doanh nghiệp". Khi tôi hỏi để làm gì thì ông nói, "Như vậy nó sẽ tạo ra một ảnh hưởng với lực đẩy lớn và kéo dài như một quá trình chứ không phải là một sự kiện." Chính nguyên tắc này đã khiến tôi rời khỏi trường đại học mà tôi tham gia giảng dạy nhiều năm để bắt đầu thành lập doanh nghiệp của mình.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Sống cho ngày hôm nay

Tôi thật sự khâm phục sự phát triển ý thức chủ động của cô gái trẻ trong câu chuyện, thông qua việc cô sử dụng cả bốn khả năng thiên phú của con người (tự nhận thức, tưởng tượng, lương tâm và ý chí độc lập). Bạn hãy chú ý đến chuyển biến trong tư tưởng của cô: từ một nạn nhân trở thành một người sáng tạo cuộc sống cho chính mình. Hãy suy nghĩ về câu nói: "Việc lên kế hoạch là vô giá, còn các bản kế hoạch thì vô giá trị".

Ngồi trong phòng chăm sóc đặc biệt theo dõi anh trai Byron của tôi đang trong cơn hôn mê, tôi luôn miệng tự hỏi: "Tại sao? Tại sao mình có thể thoát khỏi cũng cái tai nạn ấy mà không hề hấn gì?" Đầu anh tôi bị băng kín mít sau vụ chấn thương sọ não nghiêm trọng, đôi mắt nhắm nghiền của anh sưng húp không thể mở ra được. Các bác sĩ cho chúng tôi biết, anh có thể không sống nổi đến sáng hôm sau.

Sau đó họ nói rằng, cái tai nạn mà tôi thoát khỏi một cách kỳ diệu có thể để lại một di chứng kinh khủng trong đời tôi, với hệ quả của chứng bệnh viêm nhiễm kinh niên rất nghiêm trọng, có thể tác động rất xấu đến nhiều cơ quan nội tạng. Sau này, căn bệnh đó có thể mang đến nhiều khó khăn thử thách ghê gớm trong đời tôi.

Tai nạn xảy ra vào năm tôi 9 tuổi, khi ấy tôi mơ trở thành người kế tục Mary Lou Retton[1]. Tôi sống sót sau tai nạn, nhưng ước mơ thì tan thành mây khói khi một năm sau đó tôi bắt đầu cảm thấy đau ở cổ tay và đầu gối. Bác sĩ chuẩn đoán tôi bị chứng viêm khớp của trẻ vị thành niên, lớn lên căn bệnh có thể sẽ thuyên giảm. Nhưng họ cũng khuyên tôi hãy nói "không" với thể thao bởi vì nó sẽ ảnh hưởng không tốt đến cơ thể tôi. Nước mắt tuôn trào, thế là từ nay tôi phải từ bỏ những hoạt động, những ước mơ và

1. *Mary Lou Retton (sinh năm 1968) vận động viên thể dục dụng cụ nổi tiếng người Mỹ.*

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

mục tiêu của mình sao? Vậy mà kiến thức của nhân loại, bóng rổ, bơi lội, tennis, trượt tuyết, lướt ván đã trở thành niềm đam mê mới mẻ trong đời tôi.

Vào năm lớp 10, tôi bắt đầu cảm thấy cái đau ở khớp nay lan ra khắp người. Chỉ cần một cử động nhỏ hay nhúc nhích người một chút cũng khiến tôi đau đến tận xương tận tủy. Trở mình trên giường, ngồi dậy đi vào nhà tắm, cột dây giày hay chải răng ư, tất cả những động tác nhỏ nhất này đều đòi hỏi một nỗ lực ghê gớm. Câu hỏi, "Không biết có bao giờ mình có thể đi lại hoặc chạy nhảy bình thường không?" đã vài lần hiện lên trong đầu tôi. Tôi vẫn còn nhớ mối lo lắng thành thực của đứa em gái khi nó hỏi nhỏ mẹ tôi, "Mẹ ơi có phải Elisa sắp chết không?"

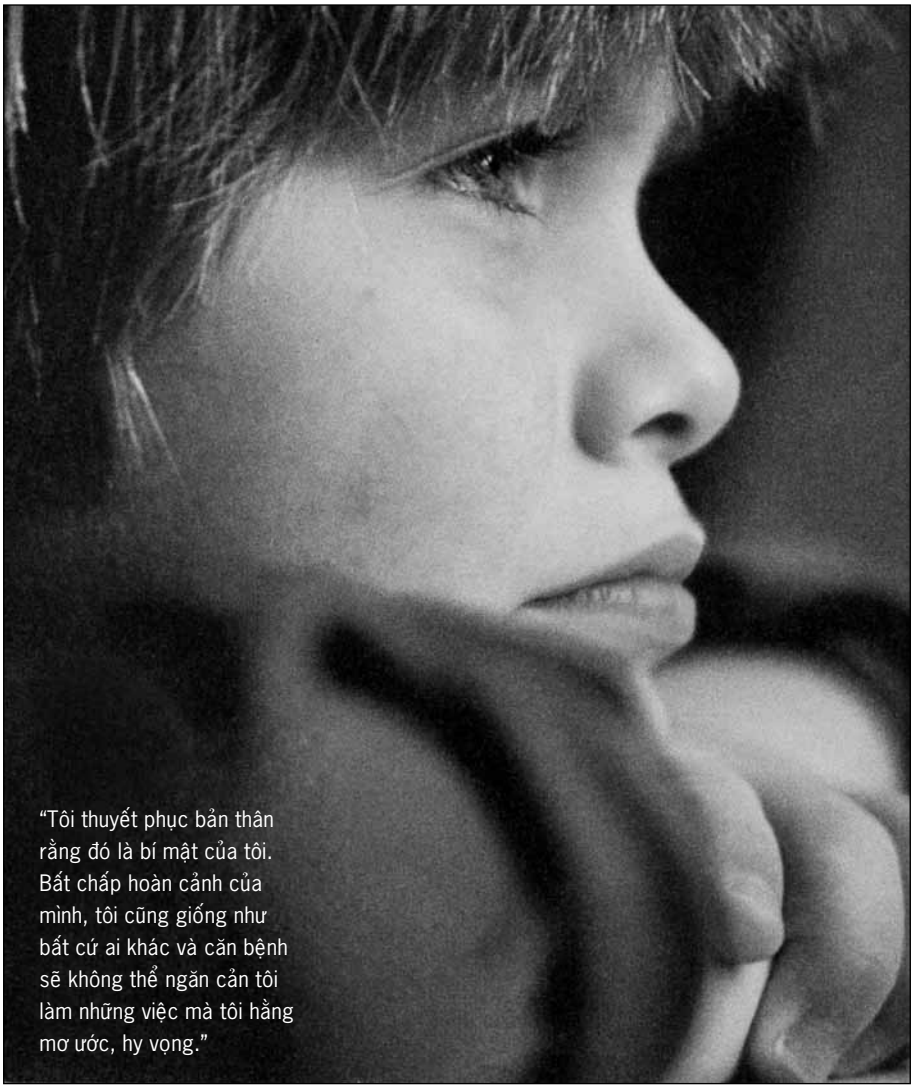
Nhiều xét nghiệm nữa được thực hiện chỉ để minh xác một điều: tôi mắc bệnh ban đỏ lupus không thể chữa trị. Lupus là căn bệnh tự miễn dịch tấn công vào các mô trên cơ thể. Tôi thuyết phục bản thân rằng đó là bí mật của tôi. Bất chấp căn bệnh của mình, tôi cũng giống như bất cứ ai khác và lời chuẩn đoán về bệnh tật sẽ không thể ngăn cản tôi làm những việc mà tôi hằng mong ước và hy vọng. Tôi học được cách giữ nụ cười mãi nở trên môi và một quyết tâm son sắt trong tim; đó chính là điều đã giúp tôi giữ vững tinh thần, cho tôi sức mạnh để tiếp tục đi tới [Thói quen 1: Luôn chủ động].

Tôi tốt nghiệp trường phổ thông cũng là nhờ vào sự giúp đỡ của rất nhiều các biện pháp chữa trị. Tôi biết mình sẽ sống với căn bệnh này suốt đời và luôn thường trực ý nghĩ cái cảnh mà tôi đã trải qua ở trung học là thử thách cuối cùng, tôi sẽ sống tốt, bất chấp những gì xảy ra.

Học đại học là mục tiêu tiếp theo trong đời tôi [Thói quen 2: Bắt đầu từ mục tiêu xác định]. Tôi nôn nóng chờ đợi lúc mình có thể tự đi lại được, tự nấu bữa ăn cho mình, trở nên độc lập và sống cuộc đời sinh viên. Học kỳ đầu tiên quả thật rất khó khăn khi phải tự điều chỉnh và thay đổi cho phù hợp với hoàn cảnh mới, nhưng tôi thích

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com



đối mặt với thách thức và ký ức là cái do chính tôi tạo ra. Giáng sinh tôi trở về nhà sum họp với gia đình, đó cũng là lúc tôi bắt đầu trải qua những triệu chứng mà tôi chưa từng biết đến bao giờ. Cơ thể tôi bắt đầu trữ nước và chẳng bao lâu trông tôi như bà bầu sắp đẻ đến nơi. Chuyện gì đã xảy ra vậy?

Một lần nữa tôi lại quay lại phòng khám của bác sĩ, và phát hiện căn bệnh lupus tấn công vào hai quả thận. Trong khi đó, một tuần sau tôi phải quay lại trường, vì thế tôi cần đến những biện pháp chữa trị

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

cấp tốc. Nhưng các bác sĩ cảnh báo rằng, nhà trường sẽ không phải là một chọn lựa của tôi trong học kỳ tới. Tôi phải quay lại bệnh viện điều trị một tuần với những phương pháp đặc biệt và sau đó là bốn tháng nằm viện với những mũi tiêm thuốc vào tĩnh mạch. Tôi 19 tuổi, đang nỗ lực hết sức mình để có được tấm bằng đại học thông qua cuộc sống sinh viên năng động như bất cứ ai, nhưng tình trạng bệnh tật đã không cho phép tôi làm điều đó.

Sau mấy tháng chữa trị ở bệnh viện, với những kim chích, siêu âm, scan và các xét nghiệm bất tận, cơ thể tôi từ từ tháo bớt lượng nước tích trữ. Mặc dầu một quả thận của tôi đã bị hỏng không bao giờ còn đảm nhận được chức năng bình thường nữa, với những loại thuốc đặc trị tôi đã có thể trở về với những hoạt động hàng ngày và quay lại trường học làm một sự khởi đầu lần nữa. Tôi bị lỡ mất một học kỳ, nhưng đã bắt kịp học kỳ mùa xuân và mùa hè.

Tôi học ngành truyền thông, một ngành đòi hỏi tất cả sinh viên phải trải qua một thời gian thực tập trước khi ra trường. Khóa học mùa thu của tôi sẽ là khoảng thời gian thực tập và lễ tốt nghiệp đại học sẽ diễn ra vào tháng Tám. Tôi thật may mắn khi có thể thực tập với bao hoài bão và được làm việc với những con người tài năng nhất trong lĩnh vực này. Kỳ thực tập trôi qua được hai tuần thì tôi lại thấy những biểu hiện như trước, cơ thể tôi bắt đầu trữ nước và bị phù. Không, một điều như vậy không thể xảy ra! Không thể xảy ra vào lúc này, đúng vào kỳ thực tập mà tôi hằng mong đợi. Tôi biết rõ điều gì sẽ xảy ra và cái mà tôi phải đối mặt trong vòng 3 hoặc 4 tháng sắp tới. Chỉ có điều lần này tôi sẽ không nghỉ học. Trong tâm tưởng tôi luôn nhắc nhở mình rằng, tôi sẽ không từ bỏ nhà trường, khóa thực tập, hoặc bất cứ điều gì trong đời.

Một lần nữa trông tôi lại giống như người mang thai 9 tháng và tôi không thể tự mặc quần áo. Hai chân tôi sưng phù như chân voi với nhiều vết sẹo. Trên mặt tôi các mao mạch bị vỡ để lại những vết tím bầm mầu mận chín và sưng phồng lên hàng tháng trời. Bạn bè và bạn học cùng lớp, trước đây đối xử với tôi như một người bình thường,

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

nay yên lặng một cách khác thường và giương mắt nhìn tôi khi tôi nỗ lực hết sức để tiếp tục thực hiện những hoạt động hàng ngày của mình như không có chuyện gì xảy ra. Không biết bao nhiêu lần tôi chỉ muốn đào lỗ chui xuống đất, chờ cho điều tồi tệ trôi qua. Nụ cười mà tôi đã học được cách dán lên môi mình từ năm lớp 10 đã giúp tôi tiếp tục đi tới. Tôi tin rằng chuyện này rồi sẽ kết thúc, chỉ không biết là vào lúc nào thôi. Biểu hiện của căn bệnh lupus thay đổi trong mỗi lần phát bệnh và tôi có thể tiếp tục chiến đấu mà không phụ thuộc quá nhiều vào bệnh viện. Thế là tôi đã có thể – một cách đau đớn và khó nhọc – tiếp tục sống theo cách mà tôi muốn. Mỗi ngày tôi một khá hơn và một thời gian sau tôi đã khỏe mạnh lại như thường. Mục tiêu của tôi là tốt nghiệp chuyên ngành mà tôi đã chọn trong vòng 4 năm, bất chấp tình trạng sức khỏe của mình như thế nào.

Nghề nghiệp là ưu tiên thứ hai trong danh sách những việc cần làm của tôi. Tôi nóng lòng hoàn thành việc học và đi làm. Tôi đã tìm được một công việc tốt và dần dần thích ứng với cuộc sống mới. Những thử thách mà tôi trải qua thế là quá đủ rồi. Thế nhưng mới làm việc được hai tháng và trong khi cố hết sức mình để gây ấn tượng tốt thì tôi lại phát bệnh lần nữa. Tại sao? Tại sao? Tại sao?

Lại vào bệnh viện. Lại tiếp tục những phác đồ điều trị. Mỗi lần như vậy, quả thận lại yếu hơn và các liều thuốc lại mạnh hơn, với những tác dụng phụ ghê gớm hơn. Tôi chiến đấu với những cơn buồn nôn, ngất xỉu, rụng tóc, rỗng xương, những vết thương ngoài da, chứng nhạy cảm với ánh sáng mặt trời... như là hệ quả của việc cơ thể tôi hàng ngày phải lệ thuộc quá nhiều vào thuốc men và những biện pháp chữa trị. Nguy cơ phải thay thận chỉ là vấn đề thời gian, không ai có thể biết trước được.

Sống chung với bệnh lupus như sống chung với lũ, không bao giờ biết được khi nào nó sẽ tấn công tôi, nỗi đau đớn nào tôi sẽ phải trải qua, mất bao lâu để hồi phục và phải trả bao nhiêu tiền cho những lần trị liệu. Sinh con là điều không thể xảy ra, và ý nghĩ không biết có ai đó trên đời chấp nhận tôi cùng với căn bệnh của tôi không, bao

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

giờ cũng là một mối lo lắng. Tôi đã học được một điều, không đặt ra những câu hỏi tại sao mà thay vào đó hãy tự hỏi mình, "Mà này, mình có thể học được điều gì từ kinh nghiệm này?" Những mục tiêu mà tôi đề ra là những điều mà tôi có thể thực hiện được, nhưng trở ngại luôn xuất hiện trên con đường tôi đi. Nhưng tôi xác định sống cho hiện tại và cái mà tôi có thể làm được trong ngày hôm nay, không phải là quá khứ mà cũng chẳng phải trong tương lai. Bởi vì với tôi, tương lai là cái mà tôi không thể lên kế hoạch trước được.

Thật là một cô gái có nghị lực phi thường! Tôi xin phép được nêu ra bốn điểm sau:

Thứ nhất, người ta nghiên cứu những đặc tính của những cá nhân chịu sức ép lớn chủ yếu dựa trên ba thái độ, và cả ba đều biểu lộ rõ trong cô gái trẻ này, đó là: chấp nhận thách thức, làm chủ tình thế và cam kết.

Thái độ chấp nhận thách thức giúp bạn học hỏi từ những điều mình đã trải qua, dù đó là kinh nghiệm tích cực hay tiêu cực, hơn là mong muốn một cuộc sống yên ổn, dễ dàng.

Làm chủ tình thế, về cơ bản, giúp bạn tập trung vào một chuỗi sự việc bạn có thể làm được, dù đó chỉ là những việc nhỏ nhặt; nhưng nhờ vậy bạn sẽ không trở thành nạn nhân, hay ở thế bị động, hoang mang không biết phải làm gì.

Sự cam kết có sức mạnh giúp bạn trụ lại để thực hiện nhiệm vụ hoặc mục tiêu khó khăn, chẳng hạn như hoàn thành một chương trình học, chứ không phải là những việc làm mang tính chất đối phó.

Thứ hai, bạn hãy chú ý đến việc cô gái trẻ đã chuyển từ chỗ đặt câu hỏi tại sao đến chỗ đặt ra câu hỏi, "Mình có thể học được gì từ việc này?" Trong lúc đấu tranh để sinh tồn trong trại tập trung của phát xít Đức, Viktor Frankl đã học được cách đặt cho mình câu hỏi này, "Cuộc đời này đòi hỏi ở mình điều gì?" thay cho câu hỏi, "Tôi muốn gì từ cuộc đời này?" Ông cũng chất vấn những người tuyệt vọng sâu

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

xa và những người có ý muốn muốn kết liễu cuộc đời đau khổ của mình bằng câu hỏi, "Cuộc đời đòi hỏi gì ở các bạn? Các bạn sống vì cái gì? Bạn tìm được ý nghĩa nào trong cuộc sống?" thay cho hỏi câu, "Bạn mong muốn điều gì trong đời?" Đó là lý do tại sao Frankl nói: nhận thức của con người về ý nghĩa cuộc đời thường được phát hiện ra chứ không phải sáng tạo ra. Khi bạn đặt câu hỏi, "Cuộc đời đòi hỏi gì ở mình?" bạn đang lắng nghe tiếng nói của lương tri. Giống như radar, lương tri bạn có thể sàng lọc cẩn thận những bổn phận trách nhiệm và tình huống của bạn rồi sẽ đưa ra lời chỉ dẫn.

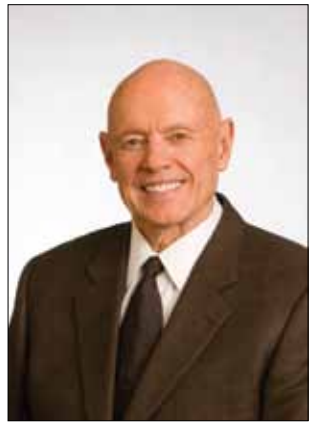
Thứ ba, lời nhận xét rằng, "Việc lên kế hoạch là vô giá, nhưng các bản kế hoạch thì vô giá trị" thật minh triết. Trong khi tôi không hoàn toàn đồng ý rằng các bản kế hoạch là vô giá trị, tôi nghĩ rằng lời nhận xét trên muốn nói đến việc thay đổi hoàn cảnh và nó sẽ dẫn đến những ý tưởng quan trọng. Hãy lấy cô gái trẻ trong câu chuyện này làm ví dụ. Tất cả những kế hoạch và mong muốn của cô lần lượt gặp trở ngại, bản thân cô gặp hết thất vọng này đến thất vọng khác, vì thế mà cô bắt đầu định nghĩa Thói quen 2: Bắt đầu từ mục tiêu xác định, theo cái nghĩa của việc học, thích ứng, mô phỏng, điều chỉnh và lạc quan tin tưởng.

Cuối cùng, Lloyd C. Douglas đã viết một câu chuyện rất hay nhan đề "Sự hiểm nguy quý báu"; ở một khía cạnh nào đó, ta thấy nó có cái gì tương đồng với cuộc hành trình của cô gái trẻ này. Khi cuộc sống của bạn bị đe dọa, bạn sẽ biết nâng nui sự sống. Cuộc sống quý giá vô ngần, nhưng nó thường xuyên bị đe dọa bởi những lực lượng nằm ngoài tầm kiểm soát của chúng ta. Trong nhiều năm qua, gia đình tôi vẫn đọc "Sự hiểm nguy quý báu" vào dịp Giáng sinh bởi vì câu chuyện đó mới thật sáng suốt, đẹp đẽ, khiến tâm hồn ta tràn đầy xúc cảm tươi đẹp, nó tác động đến chúng ta, nhất là khi chúng ta hồi tưởng về những năm đã qua, lên kế hoạch cho những năm sắp tới và quan trọng hơn, sống với mỗi phút giây hiện tại với tất cả lòng biết ơn sự sống.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Giới thiệu tác giả Stephen R. Covey



Stephen Covey là một chuyên gia có uy tín trên thế giới về lý thuyết lãnh đạo và các vấn đề trong gia đình, ông là nhà sư phạm, nhà tư vấn về quản lý, người sáng lập Covey Leadership Center trước đây và là đồng chủ tịch của công ty Franklin Covey ngày nay. Ông đã cống hiến cả đời mình để giảng dạy phương pháp sống và lãnh đạo lấy nguyên tắc làm trọng tâm, nhằm xây dựng cuộc sống gia đình và tổ chức thành đạt. Ông có bằng thạc sĩ quản trị kinh doanh Đại học Harvard và bằng tiến sỹ Đại học Brigham Young, nơi ông là giáo sư giảng dạy môn hành vi học trong các tổ chức và quản trị kinh doanh, đồng thời là giám đốc quan hệ công chúng và trợ lý hiệu trưởng.

Tiến sĩ Covey là tác giả của nhiều cuốn sách nổi tiếng, trong đó cuốn *7 thói quen của người thành đạt*, là sách bán chạy nhất trong hơn 10 năm và được độc giả của tạp chí Chief Excutive bình chọn là tác phẩm có ảnh hưởng lớn nhất trong thế kỷ 20, hơn 12 triệu bản sách đã được bán với 32 thứ tiếng và trên 70 quốc gia. Những cuốn sách nổi tiếng khác của ông *Lãnh đạo lấy nguyên tắc làm trọng tâm* (Principle – Centered Leadership) và *Ưu tiên cho điều quan trọng nhất* (First Things First) là hai cuốn sách kinh doanh bán chạy nhất trong thập kỷ này. *7 thói quen của gia đình thành đạt* là cuốn sách về gia đình bán chạy nhất. Cuốn sách mới nhất của Tiến sĩ Covey, *Bản chất của lãnh đạo* (Nature of Leadership) khám phá những nguyên tắc trong lãnh đạo, thông qua những cuộc phỏng vấn và nhiều lăng kính khác nhau.

Tiến sĩ Covey và những tác giả, diễn giả, nhà hùng biện, những chuyên gia có uy tín của Franklin Covey về lãnh đạo và nâng cao tính hiệu quả, thường xuyên xuất hiện trên tivi, đài phát thanh, báo chí trên toàn thế giới. Các giải thưởng gần đây của Tiến sĩ Covey bao gồm: Thomas More College Medallion, về những cống hiến cho con người, Diễn giả xuất sắc nhất, giải thưởng Doanh nhân quốc gia vì những thành tựu trọn đời của Hoa Kỳ và một số bằng tiến sĩ danh dự khác. Ông cũng được tạp chí *Times* công nhận là một trong 25 người Mỹ có ảnh hưởng lớn nhất thế kỷ 20.

Stephen Covey cùng vợ, bà Sandra và gia đình sống ở Rocky Mountains of Utah.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

GIỚI THIỆU

Diễn giả Trần Đăng Khoa

Diễn giả **Trần Đăng Khoa** vừa là một doanh nhân trẻ năng động vừa là một dịch giả đầy tài năng, với những quyển sách gây ảnh hưởng mạnh mẽ đến thế hệ trẻ Việt Nam trong thời gian gần đây: **"Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!", "Con Cái Chúng Ta Đều Giỏi", "Làm Chủ Tư Duy, Thay Đổi Vận Mệnh".** Được tiếp thu một nền tảng kiến thức vững chắc từ Singapore, một trong những quốc gia có hệ thống giáo dục hàng đầu thế giới, anh liên tục học hỏi và hoàn thiện bản thân như một tấm gương sáng của sự vươn lên không ngừng.

Mặc dù đang sống và làm việc tại Singapore, anh vẫn luôn hướng về Tổ quốc. Lý tưởng sống của anh là: ***mang kiến thức của thế giới về Việt Nam, góp phần nhỏ nhoi vào việc giúp người Việt Nam hạnh phúc hơn, thành đạt hơn và giàu có hơn, bởi vì anh tin rằng, không có gì làm cho một đất nước phát triển, thịnh vượng và hùng cường hơn là một dân tộc hạnh phúc, thành đạt và giàu có.***

Sau khi tốt nghiệp Đại Học Quốc Gia Singapore (National University of Singapore), anh đã đầu tư hàng chục ngàn đô vào bản thân thông qua việc mua sách và tham gia những khóa đào tạo ngắn hạn về phát triển bản thân, đầu tư, kinh doanh, quản trị, lãnh đạo, tiếp thị,...

Điều làm anh say mê hơn cả là thật sự áp dụng những kiến thức và kỹ năng học được vào cuộc sống. Chính vì thế, vào năm 27 tuổi, anh đã quyết định rời bỏ công việc thu nhập cao, ổn định tại một tập đoàn đa quốc gia hùng mạnh để bắt đầu sống vì ước mơ của mình: trở thành một **doanh nhân, dịch giả, diễn giả và chuyên gia đào tạo.** Hiện nay, ngoài công việc dịch sách và diễn thuyết, anh còn là Giám đốc công ty Vietnam Enterprise tại Singapore và là Chủ tịch điều hành **Công Ty Cổ Phần TGM tại Việt Nam.**

Thông tin về anh Trần Đăng Khoa và công việc của anh đã từng xuất hiện trên các báo: Tuổi Trẻ, Thanh Niên, Giáo Dục Thời Đại, Mực Tím, Hoa Học Trò,... và các kênh truyền thanh truyền hình: VTV1, VTV2, HTV7, HTV9, VTV6, VOV,...

Bạn có thể tìm hiểu thêm về anh tại: www.trandangkhoa.com

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Nguyễn Hồng Vân

Dịch giả Nguyễn Hồng Vân có 15 năm kinh nghiệm làm biên tập viên ở Nhà xuất bản Giáo Dục và 5 năm làm việc với nhiều đơn vị làm sách nổi tiếng tại TP. Hồ Chí Minh với vai trò biên tập nội dung và giao dịch bản quyền.

Chị là dịch giả và tác giả của hơn 30 đầu sách đã xuất bản thuộc nhiều thể loại từ giáo dục, tâm lý cho đến văn học, trong đó có nhiều bộ sách được xếp vào danh sách bán chạy nhất.

Suốt đời gắn bó với công việc xuất bản sách, nguyện vọng của chị là làm thế nào để giới thiệu càng nhiều càng tốt những đầu sách hay và bổ ích của thế giới đến với bạn đọc Việt Nam. Trong số đó, chị tâm huyết với những mảng sách giúp bạn đọc khám phá bản thân và thế giới để từ đó nâng cao chất lượng cuộc sống của mình và của những người chung quanh. Phương châm của chị là không ngừng học hỏi và hoàn thiện bản thân.

Dịch giả Nguyễn Hồng Vân hiện là Biên tập chính của Công Ty Cổ Phần TGM.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

GIỚI THIỆU CÔNG TY CỔ PHẦN TGM

Công Ty Cổ Phần TGM là công ty hàng đầu tại Việt Nam trong lĩnh vực xuất bản và đào tạo – phát triển bản thân. Với đội ngũ quản lý đầy năng lực, nhiệt huyết cùng đội ngũ nhân viên sáng tạo, tài năng, TGM khẳng định mang đến những sản phẩm, dịch vụ trí tuệ tinh túy nhất khu vực cho mọi đối tượng, mọi lứa tuổi.

Các ấn phẩm của TGM đã và đang mang lại vô vàn giá trị hữu ích cho việc phát triển năng lực bản thân, các kỹ năng kinh doanh và quản trị v.v... cho cộng đồng. Một trong những "hiện tượng giáo dục" nổi bật nhất ở Việt Nam vào năm 2008 là quyển sách **"Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!"** của TGM, với **hơn 40.000 bản** được bán ra, và cho tới nay, đây vẫn là quyển sách dẫn đầu trong việc phát triển kỹ năng học tập cho hầu hết các lứa tuổi từ học sinh tiểu học tới sinh viên đại học. **Hơn 200.000 người** đã xem **"Tôi Tài Giỏi, Bạn Cũng Thế!"** như một quyển sách gối đầu giường về kỹ năng học tập tuyệt vời nhất trong hơn 20 năm trở lại đây.

Trong lĩnh vực đào tạo, TGM cung cấp những khóa học chất lượng, hiệu quả bằng cả tiếng Việt lẫn tiếng Anh. Các khóa học của TGM tập trung vào việc khai thác và phát triển tiềm năng vốn có trong mỗi con người, kỹ năng giao tiếp, khả năng huấn luyện doanh nghiệp, quản trị, bán hàng, tiếp thị và kỹ năng làm giàu chân chính. Trong đó, khóa học nổi tiếng **"Tôi Tài Giỏi!"** được tổ chức bởi TGM được đón nhận nhiệt liệt bởi các bạn học sinh sinh viên cũng như các bậc phụ huynh trên khắp đất nước. Cho đến nay, hơn 8 khóa học "Tôi Tài Giỏi!" đã được tổ chức với khoảng 1000 học viên chỉ trong vòng 5 tháng có mặt tại Việt Nam, và vẫn đang tiếp tục tăng nhanh không ngừng về quy mô cũng như số lượng học viên đăng ký tham gia.

www.vuontoithanhcong.com

Với phương châm ***"Sự thành công của mỗi cá nhân sau mỗi khóa đào tạo là một phần nhỏ đóng góp vào sự phát triển xã hội và nguồn tri thức cho đất nước",*** TGM quyết tâm hết mình trong việc giúp từng học viên đánh thức con người tài năng trong họ, xây dựng một con người mới tự tin, chủ động và dám nỗ lực phấn đấu vì ước mơ của mình, để từ đó giúp học viên có một tương lai vững chắc và thành công vượt trội trong cuộc sống.

Mọi thông tin chi tiết, xin vui lòng tìm hiểu thêm tại trang web:

www.tgm.vn.

TGM

niềm tin mới, cuộc sống mới

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

CÂU LẠC BỘ VƯƠN TỚI THÀNH CÔNG

Chúng tôi xin mời bạn tham gia **Câu lạc bộ Vươn Tới Thành Công (CLB VTTC)** tại *www.vuontoithanhcong.com,* một sân chơi trí tuệ mà **Công Ty Cổ Phần TGM** đã dành nhiều tâm huyết xây dựng riêng cho thế hệ trí thức Việt Nam hôm nay và tương lai. Cho đến nay, CLB VTTC là nơi hội tụ quen thuộc của hàng ngàn độc giả đầy nhiệt huyết tại Việt Nam và nhiều nước khác trên thế giới. Thông qua CLB VTTC, bạn sẽ được chính các diễn giả và dịch giả tên tuổi của chúng tôi **(Trần Đăng Khoa, Trần Đăng Triều, Uông Xuân Vy, Bùi Hải An, Trương Việt Hương, Nguyễn Hồng Vân...)** cũng như rất nhiều độc giả năng động khác giúp bạn giải đáp trực tiếp những thắc mắc khi áp dụng kiến thức từ các đầu sách của TGM vào học tập, công việc hay cuộc sống.

CLB VTTC không chỉ là nơi các độc giả đủ mọi lứa tuổi trong và ngoài nước gặp gỡ, trao đổi, chia sẻ những phương pháp, chiến lược giúp bạn vươn tới thành công trong mọi lĩnh vực cuộc sống, mà còn là nơi thư giãn giúp bạn cảm thấy thoải mái sau những giờ học tập, làm việc căng thẳng. CLB VTTC cũng là nơi nhiều độc giả đã và đang tìm thấy nguồn động lực vươn lên trong bản thân mình. Ngoài ra, cũng tại CLB VTTC, bạn có thể tải xuống và đọc thử những chương sách thú vị hoặc tham khảo thêm những tài liệu và phần mềm được cung cấp một cách hoàn toàn miễn phí và hợp pháp bởi chính CLB.

Chúng tôi hy vọng rằng những quyển sách do TGM xuất bản cùng với CLB VTTC sẽ mang đến cho bạn những niềm tin mới, giúp làm giàu thêm cuộc sống tinh thần lẫn vật chất của bạn cũng như giúp bạn sớm đạt được những hoài bão to lớn của chính mình.

Sách giúp ta mở mang kiến thức còn cuộc sống chính là sự trải nghiệm. Khi bạn cầm trên tay quyển sách này, chắc hẳn bạn đang muốn chuẩn bị cho mình những phương pháp tốt nhất để có một cuộc sống thành công và trọn vẹn. Vậy thì xin mời bạn bước chân

vào thế giới của khóa học **Tôi Tài Giỏi!,** nơi mà hàng ngàn bạn trẻ ở khắp mọi miền đất nước đang hòa mình vào những trải nghiệm độc đáo và thỏa sức khám phá bản thân.

Khóa học **Tôi Tài Giỏi!** là phiên bản tiếng Việt của khóa học "I Am Gifted!" nổi tiếng của tập đoàn giáo dục hàng đầu Adam Khoo Learning Technologies Group (Singapore), một khóa học đã và đang làm thay đổi tương lai của hàng trăm ngàn học sinh sinh viên trên khắp thế giới. Khóa học **Tôi Tài Giỏi!** đã được nghiên cứu, phát triển và chuyển ngữ bởi Công Ty Cổ Phần TGM cho phù hợp với ngôn ngữ cũng như văn hóa người Việt. Việc tham gia khóa học **Tôi Tài Giỏi!** sẽ giúp bạn có thể:

1. **Làm chủ bản thân:** Giúp bạn sống vui vẻ hơn, hạnh phúc hơn, giao tiếp tốt hơn và... thông minh hơn thông qua việc biết làm chủ cảm xúc của mình; Giúp bạn luôn tự tin, mạnh mẽ hơn và được người khác tôn trọng, mến mộ thông qua việc xây dựng và củng cố lòng tự trọng; Giúp bạn luôn có đủ nghị lực để thành công thông qua việc biết cách tự tạo động lực cho chính bản thân mình.
2. **Làm chủ cuộc sống:** Giúp bạn khởi đầu một tương lai tươi sáng thông qua việc xác định mục tiêu, định hướng cuộc sống và sự nghiệp; Giúp bạn biến những ước mơ to lớn thành hiện thực thông qua việc phát triển cách nhận thức và suy nghĩ của người thành công; Giúp bạn có thể vượt qua mọi khó khăn thử thách

www.vuontoithanhcong.com

thông qua việc tăng tính linh hoạt, khả năng ứng phó và khả năng quản lý thời gian hiệu quả.

3. **Làm chủ kiến thức:** Giúp bạn học ít hơn mà hiệu quả hơn thông qua việc vận dụng các phương pháp học tăng tốc tiên tiến như là: ghi chú toàn não bộ, trí nhớ siêu đẳng, đọc sách nhanh, v.v...; Giúp bạn linh động thay đổi cách học tập cho bản thân thông qua việc hiểu rõ những khả năng vốn có của mình; Giúp bạn luôn luôn đứng trong tốp dẫn đầu thông qua việc trang bị kĩ năng tự học hữu ích cho cả cuộc đời.
4. **Làm chủ các mối quan hệ:** Giúp bạn có thể làm được những việc không tưởng, vượt quá khả năng của bản thân thông qua việc tăng cường khả năng làm việc theo nhóm; Giúp bạn luôn được yêu quý và ủng hộ bởi những người xung quanh thông qua việc biết cách tạo dựng những mối quan hệ tốt đẹp với cha mẹ, anh em, bạn bè và thầy cô; Giúp bạn có thể tránh hoặc hòa giải xung đột một cách thành công thông qua việc biết cách bày tỏ suy nghĩ và cảm xúc của mình một cách hợp lý.

Theo như cảm nhận của hàng ngàn học viên đã hoàn thành khóa học **Tôi Tài Giỏi!** thì đây là một khóa học tuyệt vời, bởi lẽ không những khóa học đem đến cho các bạn những bài học lý thú, bổ ích, mà còn có những hoạt động, trò chơi mang tính trải nghiệm cao để giúp mỗi học viên nhận ra khả năng tiềm tàng của bản thân và từ đó phấn đấu không ngừng để đạt được thành công vượt bậc cả trong học tập lẫn cuộc sống.

Nếu bạn không thể ngồi chờ may mắn mang thành công đến cho mình và muốn làm một điều gì đó để thật sự thành công, hãy hành động và nhanh chóng đăng ký ngay bây giờ tại trang web:

www.toitaigioi.com

hoặc gọi số: **(08) 6276 9209**

hoặc gởi email đến: toitaigioi@tgm.vn

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach

www.vuontoithanhcong.com

Cảm hứng sống theo 7 thói quen thành đạt

Stephen R. Covey

Chịu trách nhiệm xuất bản
MAI QUỲNH GIAO
Chịu trách nhiệm bản thảo
NGUYỄN THU HÀ

Biên tập:	Mai Hạ
Bìa:	TGM
Trình bày:	TGM
Sửa bản in:	Ngọc Hạnh

NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ
39 Hàng Chuối - Hà Nội
ĐT: (04) 39717979 - 39710717 - 39717980
39716727 - 39712832
Fax: (04) 9712830
Email: nxbphunu@vnn.vn

CHI NHÁNH
16 Alexandre de Rhodes - Q1- Tp - Hồ Chí Minh
ĐT: (08) 38294459 - 38228467
Fax: (08) 38234806

In 7.000 cuốn, khổ 16 x 24 cm. Tại Công ty TNHH Một Thành Viên Lê Quang Lộc.
Số KHXB: 1103-2009/CXB/21-88/PN. Ký ngày: 02/12/2009.
Số QĐXB: 373/QĐ-PN. Ký ngày: 07/12/2009.
In xong và nộp lưu chiểu quý I - 2010.

Mua sách trực tuyến tại www.tgm.vn/mua-sach