

MỤC LỤC

Chương 1: Khai phóng sức mạnh của bộ não.....	3
Sức mạnh của hình dung.....	3
Tập trung	4
Nắm thể chủ động trong suy nghĩ.....	4
Loại bỏ định kiến	5
Phá bỏ giới hạn niềm tin.....	5
Đào thải suy nghĩ tiêu cực	6
Nuôi dưỡng ý chí tích cực.....	6
Cẩn thận với thói quen	6
Chương 2: 10 cách để làm chủ bộ não	7
Tránh suy nghĩ tiêu cực.....	7
Sống lạc quan.....	7
Biết tin tưởng.....	8
Đừng làm quá vấn đề.....	8
Hãy khách quan	8
Luôn trong trạng thái sẵn sàng	9
Chú trọng thực tế	9
Giảm bớt âu lo.....	9
Tạo ra thách thức.....	10
Thưởng phạt phân minh	10
Chương 3: Giải phóng tư duy khỏi “chiếc hộp”	11
Cách bước khỏi vùng an toàn	12
Lợi ích mà bạn đạt được khi phá bỏ “chiếc hộp”	13
Chương 4: Huấn luyện sự tập trung cho bộ não	15
Tối giản tâm trí.....	16
Tập trung thiết lập lại thói quen.....	17

Chương 5: Tư duy đúng về tiền bạc	19
Thái độ đúng đắn về tiền bạc.....	19
Sự trùng hợp ham muốn ngẫu nhiên	20
Làm sao để biết mình có đang trân trọng đồng tiền?.....	20
Tại sao chúng ta nên trân trọng đồng tiền?	21
Chương 6: Định hướng hình ảnh trong kinh doanh	24
Hình mẫu là gì?	24
Người nổi tiếng không phải lúc nào cũng là hình mẫu tốt nhất	24
Vậy việc xác định được hình mẫu trong kinh doanh có thể hỗ trợ sự nghiệp hay công việc của bạn ra sao?	25
Làm sao để chọn đúng hình mẫu?	27
Chương 7: Tìm kiếm quý nhân	29
Tìm kiếm người cổ vũ bạn	30
Tìm kiếm người thách thức bạn	31
Chương 8: Động lực của thành công	32
Động lực được chấp nhận/được thuộc về	32
Tham vọng	32
Động lực cho sự độc lập.....	33
Tiền và Danh vọng là Động lực Cuối cùng	34

Chương 1: Khai phóng sức mạnh của bộ não

Khai phá sức mạnh của tư duy cần có sự kiên trì và nỗ lực không ngừng nghỉ. Cũng như người nông dân gieo trồng và chờ đến ngày thu hoạch, thời gian trôi qua, những gì được nuôi dưỡng sẽ xuất hiện. Tiềm thức và vô thức của bạn, thứ chiếm khoảng 92% não bộ sẽ đảm nhận vai trò này. Nó luôn hoạt động cả ngày lẫn đêm, thu thập thông tin dưới nhiều dạng khác nhau. Những phần này của não cung cấp tính sáng tạo, trực giác và cảm hứng của con người dành cho thế giới bên ngoài. Thế thì, làm sao để có thể khai phá sức mạnh của chúng một cách triệt để?

Sức mạnh của hình dung

Luyện tập luôn tạo ra những thành quả tuyệt vời. Thành thực một kỹ năng hay thói quen đòi hỏi rất nhiều sự luyện tập và lặp đi lặp lại. Thông qua quá trình lặp đi lặp lại ấy, cách hệ thống thần kinh thực hiện một hành động cụ thể sẽ được củng cố. Mặc dù nhiều người hiểu được bản chất của sự lặp lại này và tác động của nó, nhưng không nhận thức được rằng hiệu quả tương tự cũng có thể đạt được bằng cách hình dung về hành động cụ thể đã trải nghiệm từ trước. Nguyên tắc tương tự được áp dụng cho việc khai phá sức mạnh của tư duy. Lý do là não bộ không phân biệt được giữa việc hình dung hành động và hành động thực tế. Vì thế, dù cho bạn định làm gì đó hoặc chỉ đơn giản là hình dung ra hành động đó, bộ não của bạn đều phải làm một việc như nhau cả.

Thông qua việc hình dung trong tâm trí, bạn có thể tiếp cận sức mạnh tư duy của chính mình. Việc này giúp ích rất nhiều trong điều chỉnh tính cách, hành vi, thái độ mà ta không mong muốn. Điều này có thể thực hiện bằng cách hình dung kết quả mà bạn mong muốn có được trong một trường hợp cụ thể. Một hình hình dung cụ thể với nhiều nhận xét, niềm tin, chi tiết cứ lặp đi lặp lại thường xuyên, sẽ tạo ra kết quả như mong muốn sâu trong tâm trí. Hệ thống tiềm thức và vô thức của bạn sẽ chấp nhận hình dung này như một trải nghiệm thực tế. Đồng thời theo lý thuyết của luật hấp dẫn, mục tiêu của bạn sẽ dần hiện rõ trong cả tâm trí và chuyển hoá thành hiện thực.

Tập trung

Tập trung là mấu chốt để hướng hành động của chúng ta theo ý muốn. Sao nhãng phá hủy trạng thái tập trung, làm giảm cơ hội tiến tới thành công của bạn. Điều này làm cho chúng ta phải chịu những hậu quả không đáng có. Vì vậy, hãy loại bỏ ngay những suy nghĩ làm trì trệ tinh thần của bạn, nếu chúng có đến thì phải kiểm soát được chúng. Đừng cố gắng giữ lấy toàn bộ suy nghĩ trong tâm trí bạn, hãy nhớ rằng, không phải mọi thứ xuất hiện trong đầu bạn đều là tốt.

Suy nghĩ và hành động của bạn có thể được điều chỉnh để hướng tới mục tiêu mà bạn đã đề ra bằng cách tập trung vào sức mạnh tinh thần. Theo luật hấp dẫn, những thứ giống nhau sẽ tìm kiếm đến nhau. Bạn chắc chắn sẽ tìm được thứ mà mình khát khao khi có sự tập trung. Hiểu được quy luật này sẽ cho bạn một vị thế tốt hơn để khai phá sức mạnh tinh thần. Nếu bạn cứ tập trung vào những phiền muộn và lo lắng, bạn chỉ nhận được những thứ tương tự vây lấy bạn. Hãy tập trung vào thành công, hạnh phúc, niềm vui và nuôi dưỡng những suy nghĩ tích cực, bạn sẽ thu hút được những điều tốt đẹp cho chính mình.

Nhưng hãy nhớ rằng, những suy nghĩ tiêu cực sẽ không mang lại điều gì tốt đẹp cho bạn, hãy cố gắng tránh khỏi chúng bạn nhé!

Nắm thế chủ động trong suy nghĩ

Điều quan trọng để nắm giữ sức mạnh của trí não đó chính là việc hiểu biết về suy nghĩ của bạn một cách có ý thức. Chúng ta dành hầu hết thời gian để vượt qua những trở ngại mà chúng ta phải đối mặt hàng ngày. Chúng ta thường bỏ quên những suy nghĩ của chính mình. Nhưng đó không phải là trường hợp chúng ta nói đến ở đây. Để hoàn toàn kiểm soát được lý trí của bản thân và tận dụng tối đa sức mạnh của nó, chúng ta phải hiểu được cái cách mà những suy nghĩ đến và đi như thế nào trong đầu của mình. Phải biết được chúng ta thích cái gì, sợ cái gì. Việc này sẽ giúp bạn làm chủ được tâm trí của chính mình, sử dụng có hiệu quả hơn sức mạnh của bộ não.

Loại bỏ định kiến

“Định kiến” là việc tâm trí giải thích một phần thông tin với niềm tin có sẵn từ trước. Đây là một khái niệm về tâm trí của con người với nhiều nghiên cứu thực tiễn. Nó có ảnh hưởng rất lớn đến cuộc sống của chúng ta. Bộ não của bạn hành động như vậy là do nó “lười biếng” chứ không phải muốn lừa dối bạn. Hiện tượng này xảy ra là do xuất phát từ những thông tin liên kết với niềm tin đã tồn tại từ trước trong tâm trí bạn dễ dàng hơn việc phải phân tích, xử lý và diễn giải thông tin mới.

Sự tồn tại của định kiến đơn giản là thông tin sẽ được liên kết với dòng suy nghĩ và niềm tin đã có từ trước dù cho nó tích cực hay tiêu cực đi chăng nữa. Như đã đề cập ở trên, những suy nghĩ, niềm tin, cảm nhận tiêu cực chỉ dẫn đến những nguồn năng lượng và hành động tiêu cực ra bên ngoài. Đương nhiên, thật tệ nếu như chúng hoàn toàn nắm quyền kiểm soát tâm trí của bạn.

Nếu bạn muốn sử dụng và khai thác sức mạnh tinh thần của bạn, bạn bắt buộc phải hiểu được quá trình này và hiểu về “định kiến”. Vượt qua được “định kiến” bên trong bạn sẽ mở ra cho bạn cánh cửa để kiểm soát tâm trí của chính mình.

Phá bỏ giới hạn niềm tin

Nếu như bạn đang muốn khai phá sức mạnh của tâm trí, cần loại bỏ ngay những ý nghĩ nghi ngờ về bản thân. Tự ý thức bản thân là một loại tư duy. Chúng xuất hiện ở những giai đoạn khác nhau trong cuộc đời của mỗi người và bị đè nén trong vô thức. Những suy nghĩ này làm chúng ta hoài nghi về khả năng của chúng ta, từ đó hạn chế thành công mà bạn đạt được. Thông thường, chúng ta không ý thức được điều này và đơn thuần chấp nhận nó như một phần của cuộc sống. Để phá bỏ những rào cản trong ý tưởng và suy nghĩ, phải xác định nguyên nhân sâu xa của vấn đề này. Khi xác định được, bạn sẽ định nghĩa được nó một cách đúng đắn. Trải qua thời gian, chúng ta sẽ khám phá ra được những niềm tin sai lệch và thiếu thực tế. Chúng đơn giản chỉ là ảo giác mà trí tưởng tượng của chúng ta tạo ra để đánh lừa và hạn chế tiềm năng của mình.

Đào thải suy nghĩ tiêu cực

Những ý nghĩ độc hại ở khắp mọi nơi. Chúng ta đã, đang và sẽ đối diện với chúng. Thật nguy hiểm khi chúng luôn ẩn nấp quanh ta. Những ý nghĩ vô nghĩa như thế cần phải được loại bỏ ngay trước khi chúng kịp ảnh hưởng đến bạn. Nếu để chúng lưu lại trong tâm trí quá lâu, chúng sẽ ăn mòn, tác động và giành quyền kiểm soát lấy tâm trí của bạn.

Những ý nghĩ tiêu cực chắc chắn sẽ luôn cản đường bạn tiến bước trên con đường của mình. Chúng sẽ ngăn bạn khai thác được sức mạnh của tinh thần. Vì thế khi cảm nhận được chúng, phải loại bỏ chúng ngay lập tức. Và làm theo bước tiếp theo bên dưới.

Nuôi dưỡng ý chí tích cực

Chúng ta phải liên tục làm chủ tâm trí của chính mình. Nếu không, nó sẽ dễ bị những luồng suy nghĩ khác nhau vây lấy, dù là tích cực hay tiêu cực. Thậm chí, nếu như nó không bị khống chế bởi những ý nghĩ vô bổ, thì nó cũng tự mình sinh ra những điều vô bổ khác. Vì thế, duy trì những suy nghĩ tích cực trong đầu bạn là điều cực kỳ quan trọng. Những ý nghĩ tích cực sẽ hỗ trợ và thúc đẩy bạn phát huy hết được tiềm năng của bản thân. Những ý nghĩ ấy không phải là bẩm sinh, chúng được nuôi dưỡng từng ngày trong đầu của bạn. Để xóa bỏ hoàn toàn những ý nghĩ tiêu cực, chúng ta phải liên tục đặt ra những thử thách cho niềm tin của mình. Việc đó sẽ giúp chúng ta tìm ra được thứ chúng ta thật sự mong muốn, và làm rõ những thứ vô bổ rồi đào thải.

Tâm trí luôn được cần nuôi dưỡng với những suy nghĩ tích cực. Mặc dù không dễ dàng, nhưng để phải làm được để có một cuộc sống tốt đẹp hơn.

Cẩn thận với thói quen

Vô thức đắm nhận phần lớn những thói quen và hành vi hằng ngày của chúng ta. Cơ chế này giúp não bộ sử dụng năng lượng của cơ thể một cách có hiệu quả. Thông thường, những thói quen và tính cách tiêu cực của chúng ta sẽ không dễ dàng được bộc lộ. Nhưng một khi nếu đã quen thuộc, việc từ bỏ nó sẽ vô cùng khó khăn. Loại bỏ những thói quen tiêu cực trong vô thức và tiềm thức là điều kiện bắt buộc để bạn khai phá sức mạnh của trí tuệ con người.

Chương 2: 10 cách để làm chủ bộ não

Làm chủ được bộ não của bạn không phải là điều dễ dàng, bạn cần có thời gian và kiên nhẫn. Cũng như khi muốn một việc gì đó, bạn phải bỏ công sức mới có thể đạt được thành quả. Giống như việc gieo trồng của người nông dân vậy, suy nghĩ của bạn sẽ là những “hạt giống”. Bắt đầu làm chủ tư duy của bạn bắt đầu với những suy nghĩ nhỏ, nuôi dưỡng chúng bằng thời gian, tâm huyết và kiên trì. Để dần dần chúng phát triển và thấm nhuần vào tâm hồn. Và rồi “chồi non” ấy sẽ dần lớn lên và thay đổi những cảm thức lẫn vô thức của bạn. Đến khi có thể thể hiện chúng ra bằng hành động thì lúc ấy bạn đã thành công làm chủ bộ não của chính mình. Hỗ trợ cho quá trình này nhanh và hiệu quả hơn, đây là 10 mẹo có thể giúp bạn:

Tránh suy nghĩ tiêu cực

Chả bao giờ bạn có thể loại bỏ hoàn toàn những lo lắng, chúng sẽ vẫn cứ đến cứ đi, dẫn cho bạn có cảm giác chán nản. Nhưng việc kiểm soát chúng lại hoàn toàn nằm trong khả năng của bạn. Một cách để bạn có thể lấy lại tinh thần khỏi việc lo lắng đó chính là hãy nghĩ đến những trường hợp tồi tệ nhất có thể xảy ra. Giống như một cơ chế tự an ủi của não bộ, khi đối diện với những trường hợp tồi tệ nhất, hãy cố gắng tìm ra những gì mình sẽ có, sẽ làm và giải quyết chúng, bạn sẽ cảm thấy bản thân mình sẽ có được những giải pháp tích cực hơn cho mọi tình huống. Đi dạo cũng là một cách để bạn có thể thư giãn trước những ý nghĩ tiêu cực. Khi dạo bước, bạn sẽ có thể tìm thấy những sáng kiến mới để khơi dậy tâm trí của bản thân. Tập thể dục cũng là một cách để bạn có thể giảm căng thẳng, bớt lo âu. Khi vận động, bộ não của bạn phải bận rộn hơn và quên đi mất những phiền muộn và rắc rối. Để thực hiện mẹo này có hiệu quả, hãy luôn thực chúng một cách nghiêm túc và thường xuyên. Nếu đủ tốt, việc đối diện với lo lắng trong mọi tình huống đối với bạn sẽ không còn là vấn đề.

Sống lạc quan

Theo nhiều nghiên cứu tâm lý học, khả năng sống lạc quan sẽ nuôi dưỡng khả năng kiểm soát bản thân tốt hơn. Hãy luôn lưu giữ những hình ảnh về những khoảnh khắc mà bạn làm chủ được tâm trí của mình, tránh việc nghĩ về những lúc mình mất kiểm soát, loại bỏ

chúng, sẽ giúp bạn làm chủ được suy nghĩ và hành động. Một khi đã quen, đã thành công, bạn sẽ có động lực để làm mọi thứ. Nó sẽ dần ăn sâu vào trong tâm trí của bạn, chức năng kiểm soát lý trí sẽ như một cơ chế tự động, thúc đẩy và động viên bản thân một cách tích cực tiến đến thành công.

Biết tin tưởng

Bạn không thể làm việc mà bạn không tin. Việc này sẽ ảnh hưởng đến cách mà bạn tiếp cận với việc làm chủ tư duy của mình. Các chuyên gia đã chỉ ra rằng những người không ngừng tin tưởng vào việc tin vào những gì mình làm đem lại hiệu quả rất cao so với những người không tin. Chính vì vậy, bạn phải luôn không ngừng có cái nhìn tích cực cho con đường phía trước trong hành trình làm chủ tư duy của chính mình.

Đừng làm quá vấn đề

Hãy ngưng ngay việc làm quá hay phức tạp hóa vấn đề lại. Việc này sẽ mang đến cho bạn những trải nghiệm không tốt dù cho ở trường hợp nào đi chăng nữa. Bao gồm cả những kinh nghiệm đã từng có ở quá khứ. Đây là một lỗi dễ mắc phải. Thật sai lầm khi bạn cứ khư khư nói về những gì sắp xảy ra dựa trên những gì đã xảy ra ở quá khứ. Mang đến thông điệp tiêu cực cho mọi người là việc nên tránh. Bạn phải bắt đầu bắt tay vào việc làm chủ lý trí của mình ngay khi cần, hãy nhìn nhận vấn đề một cách thực tế, đề ra những mục tiêu thực tiễn và tiến hành, đảm bảo mình luôn hành động một cách đúng đắn.

Hãy khách quan

Việc này có ý nghĩa quan trọng trong những tình huống nằm ngoài tầm kiểm soát của bạn. Đây là một cái bẫy suy nghĩ cần tránh. Nó làm bạn trở nên tiêu cực và kém tự tin. Thậm chí, nó sẽ làm bạn mất lòng tin vào bản thân mình. Bằng cách luôn suy nghĩ logic và cẩn thận, bạn sẽ tránh được những cái nhìn chủ quan hay việc đổ lỗi cho những biến cố bên ngoài, bạn sẽ nhìn nhận vấn đề một cách công bằng hơn và có được những suy nghĩ tích cực hơn.

Luôn trong trạng thái sẵn sàng

Nhận thức được những việc thực hiện được trong tầm tay là bước đầu tiên để bạn có thể làm chủ được tư duy của mình. Nó là tiền thân cho bước chuẩn bị. Khi bạn đã sẵn sàng, bạn sẽ luôn có đủ sức mạnh tinh thần để vượt qua mọi trở ngại. Luôn trong tư thế sẵn sàng không có nghĩa là hoàn toàn xóa bỏ được những ý nghĩ tiêu cực, nhưng sự nhận thức và chuẩn bị một cách kỹ lưỡng sẽ quyết định tầm ảnh hưởng mà chúng có thể tác động lên bạn. Vì vậy, khi nhận biết được chúng đang đến, hãy hát văng chúng đi vì bạn đã chuẩn bị sẵn rồi.

Chú trọng thực tế

Nếu bạn muốn hoàn toàn làm chủ được lý trí của mình, bạn cần có một “hệ thống” hỗ trợ nhỏ. Hệ thống tinh thần này sẽ ngay lập tức giúp bạn phát hiện “lỗi” trong tư duy của bạn. Nó sẽ dừng lại ở việc đánh giá ngay suy luận của bạn; nhận diện ra những suy nghĩ sai lệch, xóa bỏ nó và thiết lập lại mọi thứ theo đúng như kế hoạch đi đến mục tiêu ban đầu. Đồng thời, nó sẽ điều chỉnh lại sự tập trung của bạn đến những việc mà bạn đang làm. Nếu bạn đang thả hồn mình theo điệu nhạc mà quên mất bản thân, việc cần có một giọng nói bên ngoài nhắc nhở bạn về những gì đang làm, đó có lẽ sẽ giúp bạn rất nhiều để tránh khỏi xao nhãng.

Giảm bớt âu lo

Cơ thể và tinh thần của bạn có mối quan hệ vô cùng mật thiết. Khi cơ thể trở nên mệt mỏi, thì tinh thần có thể cũng trở nên căng thẳng. Người ta thường cố gắng kiềm chế bản thân khỏi căng thẳng; sau đó, họ lại không đủ năng lực để giải quyết những thứ khác. Vì thế, việc dành ra nỗ lực để giảm bớt căng thẳng là rất quan trọng. Hít thở thật sâu trong một vài giây là một kỹ thuật thư giãn giúp giảm bớt căng thẳng hiệu quả. Tập trung đến những suy nghĩ làm bạn cảm thấy nhẹ nhàng, thư thái cũng là một cách để giảm bớt căng thẳng.

Tạo ra thách thức

Tạo ra khó khăn cho bộ não của bạn, ép chúng phải vận động là một cách hay để làm chủ nó. Bạn hãy thử ép nó làm bằng những cách khó hơn. Chẳng hạn như việc chuyển đồng hồ báo thức của bạn ra khỏi đầu giường, cất chúng đi xa bạn. Thay vì dễ dàng tắt chúng bằng cách vỗ nhẹ vào mỗi buổi sáng, bạn sẽ phải ra khỏi giường để tắt. Thách thức này là một cách để bạn khẳng định “chủ quyền” của bạn đối với lý trí của mình.

Thưởng phạt phân minh

Mọi người đều thích quà. Thưởng quà khi thành công sẽ thúc đẩy bạn nhiều hơn nữa. Điều này cũng áp dụng cho cả những thất bại. Tự phạt bản thân vì hành vi thiếu kiểm soát sẽ giúp bạn tránh được những ham muốn tầm thường hằng ngày. Điều này đã được khoa học chứng minh bởi người tạo ra cả hệ thống thưởng và phạt đã có những thành quả tự chủ cao hơn sau những lần thực hiện. Để đảm bảo hệ thống thưởng phạt của bạn có hiệu quả, hãy đưa phần thưởng cho ai đó rồi trao cho bạn. Có thể là tri kỷ của bạn, người thân, đồng nghiệp, bạn bè hoặc bất cứ ai. Và hình phạt cũng tương tự bạn nhé!

Chương 3: Giải phóng tư duy khỏi “chiếc hộp”

Mỗi người luôn tự tạo cho mình một cái thứ gọi là “vùng an toàn”. Để có thể thoát ra được nó là một thách thức không hề nhỏ. Bởi lẽ, nó là thứ mà bạn làm hằng ngày, thứ mà bạn giỏi, thứ mà người thân hay bạn bè yêu thích ở bạn. Nhưng nó không chính xác là thứ mà bản thân bạn mong muốn.

Bước ra khỏi vùng an toàn thật sự khó. Nó buộc bạn phải quay lưng lại với mọi thứ xung quanh bạn từ bạn bè, gia đình hay thậm chí là chính bản thân của chúng ta, và hơn hết là chúng ta còn phải đối diện với nỗi sợ hãi luôn chờ chờ. Nó sẽ cố giữ bạn lại trong “chiếc hộp” và sẽ phá bỏ bất cứ thứ gì giúp bạn có thoát ra khỏi “chiếc hộp” của bản thân. Nó sẽ bảo bọc và chở che cho bạn, luôn mang lại cho bạn sự tin tưởng và an toàn tuyệt đối. Nhưng mặt trái của người “hộ vệ” này đó chính là hấn sẽ làm mất đi sự tự do mà bạn đáng được có, hấn cứ luôn làm bạn lo lắng.

Lo lắng là việc hết sức bình thường với mỗi chúng ta. Ai mà không thích an toàn và bình yên vượt qua được những trắc trở, những rắc rối của cuộc sống. Và đương nhiên, cuộc sống ấy là một cuộc sống nhạt nhẽo và buồn chán. Đúng là bạn sẽ luôn được sống an nhiên, nhưng đi theo bạn sẽ là những nỗi buồn và tiếc nuối kéo dài.

Bạn phải thoát ra khỏi “chiếc hộp” đó để có thể làm được những điều mà mình thích, làm những thứ mà bạn muốn và hơn hết là vẽ ra cuộc đời của chính bạn. Nói thì dễ, nhưng để làm được thì không hề dễ. Không phải ai cũng có thể làm được vì sự bất lực trước cái thứ gọi là “vùng an toàn” này. Thứ duy nhất để giúp bạn vượt qua được chúng đó chính là sự quyết tâm vươn tới ước mơ và khát vọng của bản thân.

Bây giờ thử so sánh việc ở trong và ở ngoài “vùng an toàn” nó khác nhau như thế nào nhé?

Khi bạn sống trong “vùng an toàn”, bạn có thể dự liệu được mọi thứ. Chẳng có gì phải lo lắng, không có rắc rối nào cản trở được bạn. Kèm theo đó là chẳng có sự hứng thú hay bất ngờ cho cuộc sống của bạn. Mọi thứ diễn ra như bạn mong muốn. Bạn trở nên tự mãn. Bạn hài lòng và thích thú với mọi thứ mà mình đang có. Cuộc đời của bạn thật đơn giản. Bạn sợ hãi khi phải đối diện với sự thay đổi. Bạn e ngại khi phải gánh vác một trách

nhiệm lớn trên vai. Bạn luôn nghĩ rằng mình không thể tự thoát ra khỏi công việc cũ mà cứ tiếp tục chết dần chết mòn với nó vì nỗi sợ hãi. Bạn sợ khó khăn, bạn sợ khắc nghiệt, bạn sợ hụt hẫng để phải bắt đầu một công việc mới.

Khi bạn thoát ra được khỏi “chiếc hộp”, bạn sẽ tự thiết lập lại bản thân để bắt đầu lại mọi thứ. Nó giúp bạn sẵn sàng để đối diện với những thay đổi và những điều mới lạ. Sợ hãi sẽ khiến bạn lo lắng, nhưng nó không thể cản bước bạn. Nếu thật sự muốn, thì nỗi sợ hay nguy hiểm cũng sẽ không còn là vấn đề đối với bạn nữa. Để có thể thành công, bạn phải làm quen và vượt qua chúng.

Cách bước khỏi vùng an toàn

1. Tự tin vào chính mình: Sự tự tin sẽ mang bạn đến bến bờ của hiểu biết và tri thức. Bạn phải luôn mạnh mẽ trước mọi thách thức để ghi chặt dấu chân và hình bóng của bản thân trên con đường dẫn đến thành công.
2. Ham học hỏi: Phải luôn học hỏi, học mọi lúc mọi nơi, học không ngừng nghỉ và vứt bỏ nỗi sợ qua một bên.
3. Dám bắt đầu: Bước đầu tiên lúc nào cũng là bước quan trọng nhất để quyết định xem bạn có thể làm được việc gì hay không. Chỉ cần bước đầu tiên được cất lên, những bước đi sau đó sẽ tự động mở ra trên con đường phía trước.
4. Thay đổi: Thay đổi sẽ cho bạn năng lực để thoát khỏi “chiếc hộp”. Hãy ra ngoài và quan sát mọi người xung quanh để lấy kinh nghiệm và chọn lựa con đường cho chính mình, chuẩn bị hành trang tinh thần thật đầy đủ để chuẩn bị thoát ra khỏi vùng an toàn.
5. Đừng sợ hãi: Đừng chỉ biết làm những việc dễ dàng và nhàm chán. Hãy thử chấp nhận thử thách và chọn lựa khó khăn để tiến bước. Đừng lo lắng, khó khăn sẽ giúp bạn trưởng thành hơn. Bạn sẽ tự học hỏi lấy có đường để vươn tới thành công – “Thất bại là mẹ thành công”.
6. Làm mọi thứ một cách khác biệt: Cũng như bạn thử đi làm bằng đi bộ thay vì cứ đi xe như mọi ngày, bạn sẽ thấy những cái nhìn mới về cái con đường mà bạn đi hằng ngày. Và công việc cũng vậy, hãy thử nhiều cách khác nhau để có cái nhìn

sâu sắc hơn. Điều này sẽ giúp bạn có thể giới nội tâm phong phú hơn và mang đến cho bạn thêm động lực để vượt ra khỏi tư duy “chiếc hộp” của mình.

7. Đừng cân nhắc nhiều: Đừng đặt nặng vấn đề cho mọi quyết định. Đôi khi chỉ đơn giản là ăn cái gì, xem cái gì hay chơi cái gì cũng làm bạn phiền lòng. Đó không phải là cái khuôn khổ mà bạn đang tự đặt ra cho chính mình đó hay sao? Hãy vứt chúng đi. Nghe hơi vô lý, nhưng nó sẽ giúp bạn nhiều đấy. Nếu cảm thấy khó khăn, hãy nhờ sự giúp đỡ của bạn bè để giúp bạn vượt qua con người nguyên tắc ấy của chính bạn và phá bỏ “chiếc hộp”.

Lợi ích mà bạn đạt được khi phá bỏ “chiếc hộp”

1. Triệt tiêu nỗi sợ

Bước ra khỏi “chiếc hộp” và vùng an toàn sẽ tập dần cho bạn đối diện với nỗi sợ của mình. Hãy trải nghiệm những thách thức, những khó khăn mà bạn chưa từng. Sẽ khó chịu lúc đầu, nhưng chắc chắn bạn sẽ làm được. Hãy nhìn nhận chúng một cách toàn diện, đưa ra những quyết định đúng đắn và xử lý chúng. Đó là công việc mà bạn phải làm và bạn đủ năng lực để làm.

Phải giải quyết được nỗi sợ của mình thì bạn mới có thể tiến bước xa hơn. Nếu thật sự vấp ngã, thì nó sẽ là cơ hội để bạn trở nên trưởng thành hơn. Thành tựu là một bài học và thất bại cũng thế. Sự tự tin sẽ là động lực đưa bạn đến thành công. Cứ bước qua từ khó khăn thì tới khó khăn khác, đó chính là cách mà bạn trưởng thành.

2. Đạt được mục tiêu

Đây là cách đưa bạn đến đích đến nhanh hơn. Nói nôm na, đây là một quy trình cần có để dẫn bạn tiến bước đến thành công.

3. Cơ hội để trưởng thành

Khi vượt qua thách thức, bạn đánh vỡ cái tôi tầm thường của cả công việc và cuộc sống hàng ngày. Bạn phải vừa phải biết chấp nhận khó khăn, vừa phát triển tầm nhìn đa chiều

về cuộc sống để trưởng thành hơn. Thay đổi những thói quen để mang đến những thành công mới.

4. Mở ra những chân trời mới

Cũng như việc thoát ra khỏi bức tường của một mê cung, việc bạn thoát ra khỏi “chiếc hộp” của bạn sẽ mang đến những chân trời mới trong nội tâm. Thử và học được những kiến thức mới lạ, có những thói quen trước đó chưa từng, có những thành tựu mà trước đó chưa có. Hiểu biết về bản thân nhiều hơn – những thứ mà ta yêu, ta ghét, ta mạnh, ta đam mê, ta mong muốn. Và sâu hơn, ta sẽ định hình được con người của chính ta và sống với chính nó bằng cả thể xác và tinh thần.

5. Có một cuộc sống thú vị

Ra khỏi vùng an toàn sẽ đưa bạn từ “bờ vực” hạnh phúc đến “bến bờ” của hạnh phúc. Cơ hội luôn trực chờ ở quanh ta và nhiệm vụ của bạn là phải nắm bắt được chúng. Với việc chấp nhận, thì mọi thứ đều trở thành cơ hội để bạn phát triển nhiều hơn. Chấp nhận sẽ lấp đầy cuộc sống trong bạn, mang đến cho bạn hạnh phúc và bình an. Mỗi ngày sẽ là một niềm vui và bước tiến của bạn.

6. Tận hưởng những thứ tốt đẹp quanh ta

Ra khỏi vùng an toàn của mình để thấy quanh ta còn nhiều điều tốt đẹp. Những con người mới, những sự việc mới, những sự kiện mới. Và bạn cũng phải trở nên “tốt đẹp” và “mới” để hòa nhập vào cuộc sống ấy. Hãy xây dựng bản thân những hành trang bằng những phẩm giá tốt đẹp để đồng hành và kết nối với thế giới.

Cuối cùng, hãy nhớ rằng, bạn cần giải phóng tinh thần của bạn ra khỏi “chiếc hộp” trước khi thể xác bạn có thể làm được. Phải luôn trong trạng thái sẵn sàng để phá vỡ chúng mỗi khi chúng xuất hiện. Hãy luôn nhớ rằng, cơ hội và năng lực luôn nằm trong tầm tay bạn và chờ bạn nắm bắt lấy chúng.

Chương 4: Huấn luyện sự tập trung cho não bộ

Có quá nhiều suy nghĩ đè nặng lên tâm trí chúng ta. Những suy nghĩ này có thể làm cho chúng ta trì trệ trong công việc, cuộc sống. Không phải tất cả những suy nghĩ trong đầu chúng ta đều có thể bị xóa sạch và không phải tất cả đều nên bị xoá. Những suy nghĩ này rất cần thiết cho sự tồn tại của chúng ta và xác định chúng ta thực sự là ai. Vì vậy, chúng ta cần biết mình nên làm gì để đảm bảo rằng chúng ta có thể hoàn thành mọi việc mà không bị những suy nghĩ trong đầu cản trở? Chính vì vậy, nội dung chương này muốn hướng tới là giúp bạn khai thác tối đa sự tập trung của não bộ.

Có sự khác biệt giữa việc sắp xếp hợp lý những suy nghĩ trong tâm trí và sự tập trung mà chúng ta hầu như không nhận ra. Hợp lý hóa những suy nghĩ là ghi lại tất cả những gì bạn đang nghĩ vào một thời điểm nhất định và kết hợp chúng lại với nhau, tức là những suy nghĩ này vẫn hoạt động song song. Trong khi đó, tập trung là chọn ra một dòng suy nghĩ và thực hiện nó.

Tâm trí của chúng ta là một thực thể có tổ chức. Giống như cách vận hành của máy tính, tâm trí của chúng ta hoạt động theo những cách tương tự. Để máy tính đạt hiệu suất tối đa và tránh bị lag do nhiều hoạt động chạy trong bộ nhớ, bạn cần phải làm trống bộ nhớ cache và khởi động lại. Cách thức này tương tự cho tâm trí con người. Tâm trí có thể bị đóng băng và không hoạt động nhanh khi nhiều suy nghĩ lòng vòng trong đầu. Điều này không chỉ dẫn đến việc ghi nhớ kém về những kinh nghiệm trong quá khứ mà còn ảnh hưởng đến cách thức và tốc độ chúng ta bắt tay vào các nhiệm vụ mới.

Nhưng cuối cùng, sắp xếp các suy nghĩ hợp lý và sự tập trung cũng đều quan trọng để giúp ta tổ chức tốt nhất tâm trí của mình. Tâm trí bạn cần tổ chức để có thể hoàn thành công việc. Điều này có nghĩa là nó cần sắp xếp các suy nghĩ và tập trung vào một công việc cụ thể để hoàn thành. Việc sắp xếp ý là một phần quan trọng để bạn có thể phát triển sự tập trung. Chính vì vậy, bạn nên tạo dựng thói quen dành ra vài phút mỗi ngày để loại bỏ thông tin không cần thiết, sắp xếp lại các ý nghĩ, để đảm bảo bạn làm được nhiều việc hơn và đạt được nhiều mục tiêu hơn một cách quyết liệt. Một tâm trí có những suy nghĩ được sắp xếp hợp lý sẽ làm việc hiệu quả hơn một đầu óc bị quá tải. Ngoài việc quên mọi thứ, khi bị quá tải, bạn sẽ dễ bị trì trệ trong công việc, bỏ lỡ các chi tiết quan trọng và

quên thời hạn. Chất lượng của công việc cũng bị ảnh hưởng. Điều này dẫn đến việc chúng ta không thể đạt được sự tập trung cần thiết và khai thác hết được tiềm năng khi các kỹ năng của chúng ta được sử dụng.

Tối giản tâm trí

Tối giản tâm trí sẽ giúp bạn ít căng thẳng hơn, tràn đầy năng lượng hơn, cân bằng giữa công việc và cuộc sống. Bạn có thể thực hiện các bước đơn giản, dễ dàng sau đây để tối giản tâm trí của mình. Những bài tập này bạn có thể thực hiện hàng ngày để có thể rèn luyện trí óc trở nên cực kỳ nhạy bén.

- **Xác định thời điểm tốt nhất của bạn**

Không có ràng buộc khung thời gian đối với bài thực hành này, việc xác định khung giờ tùy thuộc hoàn toàn vào bạn. Quan trọng là bạn cần có một khung giờ cố định, xuyên suốt để luyện tập như vậy mỗi ngày. Ngoài ra, hãy xác định những điều kiện tốt nhất để bạn sắp xếp suy nghĩ của mình. Một số người không thể bắt đầu quá trình nếu không uống một tách cà phê, phải tập thể dục hoặc tắm lâu. Chỉ có bạn mới biết cơ thể và tâm trí của mình hoạt động như thế nào, vì vậy để tìm ra những điều kiện tốt nhất để thân tâm bạn sẵn sàng bắt đầu là tùy ở bạn.

- **Quyết định cách bạn sẽ ghi nhật ký**

Có rất nhiều cách để ghi lại những suy nghĩ của bạn. Bạn có thể quyết định sử dụng sổ ghi chú, máy tính, điện thoại thông minh hoặc máy ghi âm. Bất kỳ cái nào phù hợp với bạn nhất đều có thể được sử dụng, chỉ cần đảm bảo rằng nó có thể truy cập dễ dàng vào thời điểm cần thiết.

- **Trút bỏ mọi ưu tư**

Bạn nên nhanh chóng trút bỏ tất cả những gì bạn đang lưu trữ trong đầu bao gồm suy nghĩ, mối quan tâm, ý tưởng, vướng mắc, công việc... Hãy buông bỏ mọi tạp niệm. Bây giờ, bạn đã giải phóng thêm không gian, bộ não sẽ có thêm nhiều sức mạnh hơn. Có một cách khác để hợp lý hóa suy nghĩ của bạn. Trong thực tế, có rất nhiều cách. Phương pháp tối giản đã là một phương pháp hiệu quả để nâng cao chất lượng sống. Đầu tiên, bạn phải tối giản không gian sống của mình. Hãy bỏ đi những vật dụng ít sử dụng. Nhưng lưu ý là

chỉ áp dụng cho trường hợp bạn không thể làm việc hiệu quả trong không gian bừa bộn, lộn xộn. Vì một số người lại có thể đột phá, sáng tạo trong không gian rối rắm như thế.

Tập trung thiết lập lại thói quen

Bạn đã bao giờ nghĩ đến việc sắp xếp hợp lý các thói quen của mình chưa? Tại sao điều đó lại cần thiết? Đôi khi, bạn có thể muốn đạt được mục tiêu để đạt được một điểm cụ thể nào đó trong sự nghiệp của mình nhưng lại thấy điều đó thật khó khăn. Bạn cảm thấy việc hoàn thành các nhiệm vụ cơ bản là khó khăn và bạn lãng phí thời gian cho những công việc nhỏ mà bạn có thể hoàn thành nhanh chóng. Về cơ bản, năng suất của bạn đang quá thấp nên bạn không thể đến được đích. Thêm vào đó, một trong những nguyên nhân chính khiến bạn không thể đến đích là bạn có quá nhiều nhiệm vụ phải thực hiện và quá nhiều áp lực. Vấn đề là ở chỗ là chúng ta thường làm những điều chúng ta không muốn. Đây là những gì bạn cần làm để hợp lý hóa các hoạt động của mình:

- **Đừng hao tâm tốn sức vào những việc không thích**

Bạn thực sự bám sát vào những việc mình yêu thích. Nếu bạn biết một nhiệm vụ cụ thể sẽ không thú vị, đừng bắt tay vào thực hiện nó. Vì khi làm như vậy, chỉ khiến bạn tốn thời gian, năng lượng mà chẳng làm nên gì ý nghĩa. Nếu bạn buộc phải làm điều mình không thích, chẳng hạn như một số khía cạnh trong công việc của bạn, bạn có thể bù đắp những khía cạnh này trong các lĩnh vực khác của cuộc sống, từ đó giành lại quyền kiểm soát cuộc đời mình. Một trong những vấn đề của thời đại chúng ta là chúng ta luôn bận rộn. Bạn thực sự phải sống theo cách ngược lại. Có thời gian chết không phải là một tội ác. Thay vì bận rộn với nhiều hoạt động, hãy đảm bảo rằng bạn tập trung năng lượng của mình vào những gì sẽ mang lại cho bạn sự thoải mái, hạnh phúc.

- **Tìm con đường của riêng bạn**

Khá là hay là, Internet đã cung cấp quá nhiều thông tin về lối sống và thói quen cá nhân của những người thành công. Chúng ta có thể dễ dàng rơi vào bẫy của việc áp dụng các thói quen của những người này trong khi chúng ta không thích hợp với lối sống như vậy. Khi chúng ta gặp những câu chuyện của những người như vậy thường xuyên, tâm trí của chúng ta thông qua một hệ thống niềm tin áp đặt thói quen của họ lên chúng ta. Thay vì

áp đặt một hệ thống niềm tin mới vào tâm trí của bạn, tốt nhất là bạn nên tìm kiếm những hình mẫu quan trọng có thể phù hợp với tính khí của bạn, từ đó hình thành một quan điểm mới dẫn đến thành công của chính bạn.

Trên thực tế, sự thành công của một cá nhân khó có thể bắt nguồn từ một vài thói quen. Vì vậy, hãy thoát khỏi lối tư duy trên và tạo dựng thành công cho riêng bạn.

- Đánh giá lại cam kết của bạn

Có những việc bạn chỉ chọn thực hiện ở lúc nào đó lại trở thành một điều gần như bắt buộc sau một thời gian. Vì chúng có thể trở thành thói quen. Nhưng bất cứ điều gì cản trở năng suất của bạn nên được loại bỏ. Đa nhiệm được xem như một kỹ năng tuyệt vời nhưng đôi khi nó có thể hạn chế mức năng suất. Bây giờ hãy nhìn lại những thứ làm mất thời gian của bạn và đảm bảo rằng chúng thực sự đáng giá.

- Dành chỗ cho những điều không chắc chắn

Đôi khi cần một chút may mắn để đạt được thành công. Đôi khi mọi thứ có thể không diễn ra theo cách bạn đã dự tính và bạn chỉ đơn giản là phụ thuộc vào sự may rủi. Bất kể mọi thứ có phần may rủi như vậy, bạn cũng nên đảm bảo bạn vẫn sẽ tập trung bám sát vào con đường của mình. Lập kế hoạch quá sức chi tiết và cố tránh rủi ro có thể hạn chế cơ hội đạt được thành công của bạn. Những điều tốt đẹp không xảy ra một cách độc lập, ngay cả khi có, chúng hiếm khi xảy ra. Mọi thứ xảy ra như một phần của chuỗi sự kiện. Vì vậy, để bạn bước vào một trong những sự kiện như vậy, bạn phải dám liều lĩnh một chút. Bạn phải mở ra cơ hội để trở thành một phần của một sự kiện và đôi khi, nó đòi hỏi sự mạo hiểm và may rủi. Hãy dấn thân vào những trải nghiệm mới, khám phá, nhường chỗ cho sự vận hành của tự nhiên, luôn luôn nuôi dưỡng những suy nghĩ tích cực – đó chính là tư duy đúng đắn để thành công.

Chương 5: Tư duy đúng về tiền bạc

Khi nhắc đến tiền, hẳn tất cả chúng ta đều nghĩ về những tờ polyme, tờ séc hay những đồng xu. Vậy tiền là gì? Tiền là công cụ được sử dụng để mua bán, trao đổi hàng hoá, dịch vụ trong cuộc sống hàng ngày của con người. Tiền bạc cũng là động lực để chúng ta cố gắng làm việc, cố gắng trau dồi thêm nhiều kỹ năng, kiến thức. Tất cả cũng chỉ để cuối cùng có thể kiếm được thêm nhiều tiền hơn.

Với mỗi người, tiền bạc sẽ có những ý nghĩa khác nhau. Có người coi tiền là sức mạnh, lại có người coi đó là sự tự do, một số khác sở hữu tiền để cảm thấy an toàn, đôi khi, sở hữu đồng tiền đồng nghĩa bạn có tiếng nói hoặc có danh tiếng.

Tiền bạc đem đến cho chúng ta cảm giác an toàn. Hầu hết chúng ta đều sẽ cảm thấy thoải mái hơn khi có một khoản lương hưu dự phòng. Một số người cho rằng, sở hữu đồng tiền nghĩa là họ đã tự chủ về tài chính, về cuộc đời, và họ có quyền làm bất cứ điều gì mình muốn mà không ai có thể thắc mắc hay bắt bẻ.

Tôi nghĩ đó cũng là lý do tại sao mọi người nói đồng tiền là gốc rễ của mọi tội lỗi. Hầu hết chúng ta lớn lên với suy nghĩ rằng đồng tiền là nguồn gốc gây của tội phạm, và tôi cũng không ngoại lệ, từng tin rằng đồng tiền điều khiển con người và hành động của họ. Nhưng giờ, tôi biết rằng điều đó không đúng.

Vấn đề không nằm ở đồng tiền mà nằm ở chính chúng ta, những người sử dụng đồng tiền. Hãy thử tưởng tượng xem nếu bạn để một tờ tiền 20 nghìn, 50 nghìn, 200 nghìn hay thậm chí 500 nghìn ở trên bàn trong vòng 1 tuần, đồng tiền đó sẽ như thế nào? Không có gì thay đổi cả! Giá trị của chúng vẫn nguyên vẹn, và nếu như không có tác động của con người thì đồng tiền sẽ vẫn chỉ là một tờ bạc trên bàn mà thôi.

Thái độ đúng đắn về tiền bạc

Thái độ như thế nào được coi là đúng đắn? Đó là thái độ trân trọng đồng tiền. Trân trọng không đồng nghĩa với sự tôn thờ. Trân trọng nghĩa là bạn sử dụng đồng tiền một cách cẩn thận, nghiêm túc và thông minh. Rất nhiều người trong chúng ta thiếu những kiến thức cơ bản về chức năng của đồng tiền, và vì vậy, thiếu tôn trọng đồng tiền.

Hầu hết chúng ta được chia ra 3 nhóm người với 3 cách nhận định về tiền bạc khác nhau:

Nhóm thứ nhất gồm những người không hiểu gì về đồng tiền, và do đó, sử dụng đồng tiền sai cách.

Nhóm thứ hai gồm những người quá đam mê tiền bạc, và sự đam mê trở thành rào cản ngăn họ hiểu được ý nghĩa của đồng tiền.

Nhóm thứ ba là những người trân trọng đồng tiền, từ đó có cái nhìn công bằng về tiền bạc.

Nếu không có tiền bạc, nền kinh tế sẽ bị đóng băng, kiệt quệ bởi người đi làm không được trả lương, chính phủ không thể vận hành, các gia đình sẽ khánh kiệt, ly tán...Tất cả những vật chất chúng ta đang sở hữu đều nhờ có đồng tiền, do đó, sẽ không công bằng nếu chúng ta đánh giá thấp tầm quan trọng của tiền bạc.

Sự trùng hợp ham muốn ngẫu nhiên

Rất nhiều người tin rằng có tiền nhiều là giải pháp cho mọi vấn đề. Chúng ta vẫn thường nói vui với nhau rằng “Chuyện gì không giải quyết được bằng tiền, thì có thể giải quyết bằng rất nhiều tiền”. Tuy nhiên, đây chỉ là một sự trùng hợp ham muốn ngẫu nhiên. Nghĩa là, khi bạn có nhiều tiền ở hiện tại, bạn có thể đáp ứng, chăm sóc cuộc sống của bản thân trong thời điểm này, nhưng đồng thời, ham muốn của bạn cũng tăng cao hơn, bạn muốn có nhiều hơn và như vậy, bạn cần phải kiếm thêm nhiều tiền hơn để đáp ứng những ham muốn mới của mình. Cứ như vậy, bạn sẽ luôn phải chạy theo đồng tiền. Cuộc rượt đuổi này của bạn sẽ không bao giờ kết thúc, và tôi nghĩ đó là lý do chúng ta có câu “càng nhiều tiền càng nhiều muốn phiền”.

Làm sao để biết mình có đang trân trọng đồng tiền?

Bạn đã từng nghe ai than vãn rằng họ từng rất giàu, nhưng sau đó tiền bạc tự dưng biến mất? Sự thật là hầu hết mọi người đều sử dụng đồng tiền sai cách, hoặc sai mục đích. Vậy làm sao để biết được mình có đang trân trọng đồng tiền hay không? Hãy thử trả lời những câu hỏi đơn giản dưới đây:

- Bạn đang sở hữu chính xác bao nhiêu tiền mặt?
- Số dư tài khoản của bạn là bao nhiêu?
- Những khoản tiết kiệm của bạn được phân chia ra sao?

- Bạn có theo dõi hoá đơn thanh toán hàng tháng?
- Lần cuối bạn tiêu tiền là cho món đồ nào và bao nhiêu?
- Bạn có bao giờ bỏ tiền mua những món mình không cần?

Câu trả lời của bạn sẽ cho bạn biết bạn có trân trọng đồng tiền hay không.

Tại sao chúng ta nên trân trọng đồng tiền?

Một sự thật mà ít ai biết đó là cách chúng ta sử dụng đồng tiền cũng phản ánh cách chúng ta hành xử với chính bản thân mình. Nếu bạn biết mình có bao nhiêu tiền, và nếu bạn biết cách sử dụng chúng một cách thông minh, bạn cũng sẽ thấy cuộc sống của mình ngăn nắp và có tổ chức. Ngược lại, nếu bạn chẳng quan tâm mình có bao nhiêu, hay nếu bạn tiêu tiền một cách bừa bãi, bạn sẽ thấy mất tự chủ trong cuộc sống. Khi bạn học cách trân trọng và không lạm dụng đồng tiền, bạn sẽ thấy đồng tiền “chăm sóc” cho cuộc sống của bạn. Ngay cả khi bạn được thừa hưởng một gia tài kếch xù, đó cũng là những đồng tiền mồ hôi xương máu của bố mẹ trao lại cho bạn. Vì vậy, mỗi lần bạn sử dụng đồng tiền một cách không thông minh, chính là bạn đang coi thường nỗ lực của bố mẹ bạn. Hãy nghiêm túc nghĩ về điều đó!

Dưới đây là một vài lời khuyên giúp bạn tư duy đúng cách hơn về đồng tiền:

Thứ nhất, hãy tư duy như một nhà quản lý quỹ: Một nhà quản lý quỹ luôn biết cách sử dụng đồng tiền một cách khôn ngoan, có trách nhiệm, bởi họ đang quản lý tài chính cho rất nhiều người. Tương tự, bạn cần có thái độ nghiêm túc, kể cả với khoản tiền của riêng bạn. Bạn sẽ là người chịu trách nhiệm về mọi sai lầm tài chính mắc phải hay mọi quyết định mà bạn đưa ra. Hãy chắc chắn rằng bạn chi tiêu một cách cẩn trọng.

Thứ hai, hãy theo dõi thu nhập và chi tiêu: Hãy cố gắng theo dõi thu nhập và chi tiêu của chính mình. Nếu có thể, bạn nên tránh mua sắm hay chi tiêu bằng thẻ tín dụng. Hãy tập thói quen lưu giữ lại những chi phí, hoá đơn, biên lai mua sắm của bạn từ siêu thị, tiệm tạp hoá, trạm xăng, nhà hàng. Sau đó, hãy tổng kết lại tổng chi tiêu mỗi tháng để xác định được khoản chi phí cần thiết. Nếu bạn phát hiện ra rằng bạn đã mua một số mặt hàng không cần thiết, hãy lưu ý và tránh mắc phải sai lầm này một lần nữa. Đồng tiền tuy khó kiếm nhưng lại không khó để chi tiêu một cách khôn ngoan.

Thứ tư, hãy lập kế hoạch tài chính hợp lý: Mọi chi tiêu cần được lên kế hoạch và có mục tiêu cụ thể. Hãy cố gắng cắt bỏ các khoản vay không cần thiết và tập trung vào đầu tư để đảm bảo tương lai tài chính cho bản thân.

Thứ năm, hãy trả lương cho chính mình: Điều này nghe có vẻ kỳ quặc nhưng thực sự rất hiệu quả. Những gì bạn cần làm là luôn để dành một phần thu nhập cụ thể và gửi vào tài khoản tiết kiệm. Bạn có thể đặt lệnh chuyển tiền tự động ở tài khoản để tạo thói quen tiết kiệm cho mình. Hãy bắt đầu bằng những khoản tiền vừa phải, sau đó tăng dần lên, đồng thời điều chỉnh cách chi tiêu của mình cho phù hợp.

Thứ sáu, luôn cố gắng thanh toán hoá đơn càng sớm càng tốt : Cách tốt nhất là hãy thanh toán hoá đơn của bạn khi đến hạn, hoặc thậm chí sớm hơn. Nếu bạn trì hoãn, những hoá đơn sẽ cộng dồn và tăng lên một cách không ngờ. Bạn có thể đặt lệnh thanh toán hoá đơn hàng tháng để không phải ghi nhớ hạn thanh toán.

Thứ bảy, học cách tha thứ cho bản thân: Học cách kiểm soát chi tiêu không có nghĩa là bạn không bao giờ mắc lỗi. Khi chẳng may chi tiêu quá đà, hay mua phải một món đồ không cần dùng đến, đừng quá khắt khe với bản thân và sống trong cảm giác tội lỗi. Điều này không có nghĩa là bạn nên bỏ qua hành động của mình, nhưng điều tốt nhất bạn có thể làm là học từ lỗi lầm của mình và vận dụng trong tương lai.

Thứ tám, hiểu rõ chu kỳ thu nhập của mình: Đối với những người đi làm văn phòng, thông thường thu nhập của họ sẽ khá ổn định, và thường tăng nhờ thưởng cuối năm. Tuy nhiên, đối với những người kinh doanh, tùy thuộc vào văn hoá mua sắm, mùa vụ, lễ tết hay nhu cầu thị trường, thu nhập thường có những tháng rất cao nhưng lại có những tháng rất thấp. Nếu bạn biết được chu kỳ thu nhập này, bạn có thể lập kế hoạch để chuẩn bị và san sẻ chi tiêu phù hợp.

Thứ chín, hãy kiên nhẫn trước khi quyết định mua: Nhiều khi chúng ta cảm thấy mình phải mua nhiều thứ, và phải mua ngay lập tức. Tuy nhiên, hãy học cách kiểm soát cảm xúc bằng việc chờ đợi đến ngày hôm sau. Nếu chúng ta có thể chờ đến hôm sau thì rõ ràng món đồ không hẳn quan trọng và đáng mua như chúng ta nghĩ.

Cuối cùng, luôn thu nạp thêm kiến thức: Hãy học tập để trở nên hiểu biết hơn. Bạn có thể đọc sách, tin bài về đầu tư và quản lý tài chính, hoặc cũng có thể nói chuyện, học hỏi từ

những người có kinh nghiệm và kiến thức rộng hơn mình. Điều này sẽ khai sáng cho bạn và giúp bạn hiểu rõ hơn về cách quản lý tài chính cho bản thân.

Hãy nhớ rằng, thành công chỉ xảy ra khi chúng ta biết tôn trọng đồng tiền và sử dụng chúng một cách có trách nhiệm.

Chương 6: Định hướng hình ảnh trong kinh doanh

Khi tôi còn là một đứa trẻ, tôi luôn tự hỏi tại sao bố mẹ tôi lại đi làm trong khi chúng tôi thì đi đến trường. Bố mẹ quyết định mọi thứ cho chúng tôi và tất cả những gì chúng tôi phải làm là thực hiện chính xác như một chiếc đồng hồ. Chỉ đến khi lớn lên, tôi mới hiểu rằng bố mẹ giống như một hình mẫu mà chúng ta luôn nhìn vào, học hỏi và cố gắng noi theo.

Hình mẫu là gì?

Hình mẫu là những người chúng ta ngưỡng mộ, là những người thành công mà chúng ta luôn muốn học tập hay trở thành người giống như họ. Họ là động lực thúc đẩy chúng ta trở thành người giỏi nhất có thể, và họ giúp chúng ta nhìn nhận ra tiềm năng của bản thân.

Hình mẫu mà chúng ta thường tìm kiếm phải phù hợp với niềm tin, nguyên tắc và giá trị sống mà chúng ta tin tưởng. Những hình mẫu hướng chúng ta tới một cuộc sống tràn đầy lòng dũng cảm, sự tin cậy, lòng trắc ẩn, niềm tin và hy vọng.

Trong kinh doanh, hình mẫu giúp bạn xác định các bước cần phải thực hiện, chia sẻ cho bạn về những thách thức, củng cố sức mạnh ý chí của bạn, đồng thời giúp bạn khám phá những điểm mạnh của bạn thân và giúp bạn xây dựng được hình ảnh của bản thân.

Một hình mẫu phù hợp là những người phù hợp với mục tiêu sống bạn đặt ra. Người đó đã, hoặc đang làm việc hiệu quả và đang, hoặc đã sở hữu những thành tựu trong kinh doanh, trong nghề nghiệp mà bạn mong muốn đạt được. Điều này có nghĩa là nếu bạn được hỏi bạn muốn làm gì trong tương lai, bạn sẽ nghĩ về người này.

Trong kinh doanh, thành công của bạn không chỉ gắn liền với những gì bạn đạt được, mà còn xét đến hình ảnh của bạn. Điều này bao gồm sự phát triển trong nhận thức, tư duy, cách giao tiếp, phong cách sống, suy nghĩ và các giá trị sống cốt lõi của bạn,

Người nổi tiếng không phải lúc nào cũng là hình mẫu tốt nhất

Người nổi tiếng thường hiện hữu ở mọi phương tiện truyền thông và dễ thành chủ đề bàn tán. Cuộc sống cá nhân, tình yêu, những điểm yếu, những quyết định tốt hoặc xấu của họ đều được đưa ra để cả thế giới nhìn vào mổ xẻ. Nhiều người không thể tận hưởng một

cuộc sống bình thường, một số sống vì sự hào nhoáng trong khi số khác không đủ khả năng tránh xa dư luận.

Đây là lý do tại sao những người nổi tiếng làm mọi thứ để được chú ý và thu hút sự chú ý của báo giới. Điều này tạo ra một thách thức cho nhiều người hâm mộ của họ, đặc biệt là những người coi họ như thần tượng. Nếu một người nổi tiếng đến mua sắm ở một cửa hàng cụ thể hoặc gọi một món đồ uống, những người hâm mộ họ cũng sẽ mong muốn có được trải nghiệm tương tự. Nếu người nổi tiếng nghiện ma túy hay rượu, nhiều người hâm mộ cũng sẽ bắt chước thói quen này mà không hề cân nhắc xem đó là thói quen tốt hay xấu.

Theo một nghiên cứu được thực hiện vào năm 2005 trên 701 cá nhân, trong đó có 183 sinh viên đại học, 229 thanh thiếu niên và 289 người trung tuổi. Nghiên cứu nhằm phát hiện mức độ ảnh hưởng của người nổi tiếng đến người hâm mộ. Theo kết quả của nghiên cứu này, những người có thần tượng theo đuổi hình ảnh gầy gò, mảnh khảnh thường cũng sẽ bị ám ảnh bởi số đo, cân nặng lý tưởng. Họ tin rằng họ phải gầy để trở nên xinh đẹp và được chấp nhận, điều này, có thể dẫn đến chứng rối loạn ăn uống. Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng phụ nữ có xu hướng bị rối loạn ăn uống và muốn gầy đi hơn nam giới.

Vậy việc xác định được hình mẫu trong kinh doanh có thể hỗ trợ sự nghiệp hay công việc của bạn ra sao?

Thứ nhất, hình mẫu giúp bạn dễ dàng điều chỉnh mục đích của bản thân: Điều quan trọng là bạn phải biết rõ mình muốn gì, đôi khi, cần phác thảo rõ ràng những mục tiêu mình muốn đạt được. Sau đó, tìm kiếm những hình mẫu phù hợp với mục đích của bản thân. Hình mẫu của bạn đóng vai trò như một hiện thân của mục tiêu và họ có thể giúp bạn đạt phác thảo rõ ràng hơn những điều cơ bản cần làm. Ví dụ, nếu bạn đang là một sinh viên và mong muốn trở thành một luật sư nổi tiếng, hãy thử tìm những hình mẫu luật sư thành công, họ đã bắt đầu quá trình xây dựng sự nghiệp ra sao? Họ thi đỗ vào trường luật, tham gia những khóa thực tập ở các công ty luật ngắn hạn, ... Đó cũng chính là những điều bạn có thể làm để đạt được ước mơ của mình.

Thứ hai, hình mẫu đem lại cho bạn sự tự tin : Hãy các bạn còn nhớ đến hình ảnh vị tướng Hoa Mộc Lan của Trung Quốc, hay như ở Việt Nam chúng ta cũng có Bà Trưng Bà Triệu. Họ là những người đã làm được những điều phi thường, xuất sắc ở những vị trí mà trước giờ thống lĩnh bởi nam giới, và từ đó, mở ra rất nhiều cơ hội cho phụ nữ tham gia vào những công việc của đàn ông. Khi bạn biết đã có người không chỉ đạt được mục tiêu giống như bạn từng đề ra, và thậm chí còn làm điều đó rất tốt, bạn sẽ cảm thấy tự tin bạn có thể đạt được mục tiêu của mình. “Nếu người khác làm được, tôi cũng sẽ làm được”.

Thứ ba, hình mẫu giúp bạn chi tiết hoá kế hoạch thành công: Khi bạn đã tìm được hình mẫu phù hợp, bạn nên dành thời gian tham khảo kinh nghiệm thành công của họ. Bạn có thể nói chuyện, hỏi họ những câu hỏi về ý tưởng hay kỳ vọng của bạn, và lắng nghe những lời khuyên từ họ.

Lời khuyên khôn ngoan của họ có thể rất ý nghĩa đối với mục tiêu, mục đích của bạn, dựa vào đó, bạn có thể vẽ ra bản thiết kế cho kế hoạch của riêng mình. Điều này làm cho hành trình của bạn đạt được mục tiêu nhanh hơn.

Thứ tư, hình mẫu giúp truyền cảm hứng cho bạn: Tôi đã từng đọc rất nhiều những mẫu chuyện về cuộc đời hình mẫu của mình, về những người đã đạt được thành tích trên con đường mà tôi hướng tới. Chặng đường thành công của họ cũng đầy những khó khăn, chông gai, nhưng họ đã vượt qua và chạm đến mục tiêu. Điều này giúp truyền động lực cho tôi bất cứ khi nào tôi phải đối mặt với thử thách.

Hình mẫu sẽ giúp chúng ta xác định được các kỹ năng của mình, những điểm mạnh ẩn sâu mà chúng ta chưa từng khám phá. Trong con đường xây dựng sự nghiệp hay công việc kinh doanh, bạn cần không chỉ một mà nhiều kỹ năng, đồng thời khéo léo vận dụng chúng để tạo nên kết quả. Ví dụ, khi bạn đi nghe một buổi chia sẻ về những thách thức trong kinh doanh, bạn sẽ được nghe những người thành công chia sẻ thách thức dưới dạng tường thuật hay kể chuyện, và bạn có thể chọn lọc để học hỏi những thông tin quan trọng, áp dụng được cho con đường kinh doanh của mình. Khi bạn đã xác định được hình mẫu của mình, bạn sẽ hiểu rõ hơn chi tiết sự việc và ra quyết định đúng đắn.

Cuối cùng, hình mẫu của bạn có thể là người cố vấn cho bạn: Những người bạn chọn làm hình mẫu cũng có thể đóng vai trò cố vấn cho bạn. Thay vì chỉ đứng từ xa, học hỏi và

quan sát cách họ kinh doanh hay cách họ làm việc, bạn có thể tăng mối tương tác bằng việc hỏi đáp, trao đổi thông tin, xin lời khuyên. Lúc này, mối quan hệ của bạn sẽ trở thành mối quan hệ cố vấn. Điều này thậm chí giúp bạn thăng tiến nhanh hơn trong công việc.

Làm sao để chọn đúng hình mẫu?

Bước đầu tiên để có một hình mẫu phù hợp không phải là tìm kiếm một hình mẫu; bước đầu tiên là khám phá chính bạn. Hãy đặt ra những câu hỏi cho bản thân để hiểu rõ chính mình: Bạn muốn gì trong cuộc sống? Bạn dự định đạt được điều gì?

Một số người đã bỏ qua bước quan trọng này. Họ chọn một người nổi tiếng làm hình mẫu và sau đó, họ nghĩ về những điều người nổi tiếng đã đạt được và hướng tới những điều tương tự. Điều này hoàn toàn sai lầm!

Thử tưởng tượng xem, khi bạn nhìn lại bản thân trong 20 hoặc 30 năm hoặc lâu hơn, trên giường bệnh, liệu bạn sẽ hạnh phúc với tất cả những gì bạn đang dự định ở hiện tại? Nếu câu trả lời của bạn là không, tôi nghĩ bạn nên xem xét lại những mục tiêu của chính mình.

Tất cả bắt đầu với một định nghĩa rõ ràng về mục tiêu của bạn! Hãy ghi lại những gì bạn thích làm, hoặc tương lai mơ ước mà bạn luôn có. Viết ra những điều sẽ tạo nên một ngày làm việc vui vẻ cho bạn, hay cách bạn muốn kiếm tiền cho bản thân. Khi bạn đặt bút xuống giấy, bạn sẽ cảm thấy dòng chảy suy nghĩ rõ ràng hơn, sâu sắc và thấm đẫm hơn. Sẽ hơi khó để bắt đầu, nhưng đừng nản lòng. Không ai chấm điểm hay phê bình câu từ của bạn. Khi bạn viết được nhiều hơn, bạn sẽ cảm thấy ngòi bút của mình trơn tru hơn, và các ý tưởng cứ thế được tuôn ra. Đôi khi những ý tưởng, mục tiêu, ước mơ và mong muốn có thể nằm trong bạn nhưng bạn không có từ nào để mô tả chúng. Đừng lo! Hãy đảm bảo rằng bạn không quá gượng ép bản thân. Đừng quên mất ý tưởng của bạn, bạn sẽ sớm gọi tên được chúng mà thôi.

Đôi khi, ý tưởng của bạn có thể cần một số vốn ban đầu để bắt đầu. Đừng dập tắt ý tưởng của mình chỉ vì hiện tại tài chính của bạn không cho phép. Hãy nghĩ về những gì bạn có thể làm để gây quỹ thực hiện ý tưởng này.

Khi bạn đã xác định rõ điều này, bạn có thể bắt đầu tìm kiếm hình mẫu cho mình, những người có chung background tương tự của bạn.

Rất nhiều người chọn người lãnh đạo trực tiếp của họ là một hình mẫu, tuy nhiên, điều này cũng không bắt buộc. Sẽ rất tuyệt vời khi bạn có những người sếp xứng đáng tại nơi làm việc, tuy nhiên bạn không nên chỉ dừng lại ở đó. Bạn không nên giới hạn bản thân trong một hình mẫu nhất định. Bạn có thể quan sát rộng hơn, tìm kiếm hình mẫu của mình ở nhiều môi trường khác nhau. Sẽ có ai đó bắt đầu giống như cách bạn đã làm và đã đạt được tất cả những gì bạn muốn có.

Hình mẫu của tôi không chỉ giới hạn ở các ông chủ của tôi. Tôi cũng đã từng chọn hình mẫu là một người đàn anh trong công việc. Tôi yêu thích công việc của anh ấy và cách hành xử khéo léo trong công việc của anh ấy, vậy nên, tôi đã bắt chước anh ấy.

Chúng tôi bằng tuổi nhau nhưng tôi không quan tâm vì nó không vấn đề.

Điều quan trọng là tìm ra những hình mẫu tốt nhất để giúp bạn đạt được mục tiêu của bạn, có những sai lầm mà mọi người mắc phải trong khi sử dụng mô hình vai trò. Mặc dù bạn nhìn vào hình mẫu của mình để lên kế hoạch chi tiết cho sự thành công, bạn không cần biến mình thành một bản sao câu chuyện thành công của họ. Hãy nhớ rằng, mỗi người là một chủ thể đặc biệt, bạn sẽ không thể trở nên tốt nhất nếu bạn cố gắng trở thành một người khác.

Một cô gái với giấc mơ là trở thành một ca sĩ. Tuy nhiên, cách cô ấy ăn mặc lại, bài hát cô chọn, cách cô thể hiện cá tính âm nhạc, tất cả đều chỉ ra rằng cô đang muốn cố gắng bắt chước nữ nghệ sĩ da màu nổi tiếng Beyonce. Cô ấy không có phong cách hoặc cá tính của riêng mình. Cuối cùng, cô ấy đã thoát ra khỏi hình mẫu Beyonce và tìm lại chính mình để trở thành một ca sĩ tuyệt vời.

Bạn là duy nhất, bất cứ ai cố gắng trở thành bạn đều không thể xuất sắc bằng chính bạn. Do đó, đừng ép mình trở thành người khác và đừng buộc bản thân phải phù hợp với lối sống của họ. Học hỏi từ hình mẫu của bạn nhưng đừng quên mất phong cách riêng của chính mình.

Chương 7: Tìm kiếm quý nhân

Hôm nay tôi sẽ đề cập đến một trong những yếu tố giúp bạn trở thành một nhà lãnh đạo xuất sắc. “Mây tầng nào sẽ gặp mây tầng đó”, hay “Ngu ru tầm ngu ru, mã tầm mã”, đó đều là những bài học được đúc kết từ xa xưa để lại. Hiểu một cách đơn giản thì những người bạn dành phần lớn thời gian cùng sẽ quyết định con người bạn trở thành. Những người bạn học, đồng nghiệp hoặc các mối quan hệ xung quanh bạn hầu hết đều có ảnh hưởng đến con người bạn, cho dù bạn có nhận thức được hay không. Nếu vậy, tại sao bạn không dành thêm thời gian với những người thành công, giỏi giang hơn để học hỏi, phát triển bản thân?

Nếu bạn cảm thấy mình đang là người thông minh nhất ngồi trong căn phòng, có lẽ bạn nên rời khỏi đó và tiếp tục cuộc hành trình của mình. Một số người, với cái tôi quá lớn, lại thích được tung hô, thích được khen ngợi hay chứng tỏ mình thông minh hơn mọi người xung quanh, nhưng cuối cùng, bạn không làm tốt được gì cả. Bạn cần ở xung quanh những người mà bạn có thể học hỏi và phát triển bản thân. Có thể ban đầu bạn sẽ không cảm thấy thoải mái, ngại ngùng hay đôi khi xấu hổ vì mình không theo kịp câu chuyện của những người khác, hay vì mình không biết về những gì mọi người đang nói tới. Nhưng đừng lo, lắng nghe và tiếp thu câu chuyện của người khác sẽ giúp bạn nâng cao nhận thức của mình dần dần. Bộ não con người được cấu tạo để luôn phát triển và hấp thu kiến thức mới. Bước ra khỏi vùng an toàn cho phép bạn thử thách bản thân và truyền cảm hứng cho tư duy phát triển.

Không có lý do gì để bắt đầu cuộc hành trình của bạn một mình; bạn luôn có bạn bè và gia đình hỗ trợ. Ngay cả khi bạn không hề hay biết, luôn có một số người bạn sẽ cần để đạt được giấc mơ của mình. Họ là những người sẽ nỗ lực không ngừng nghỉ để giúp đỡ bạn, can ngăn bạn, và không bao giờ từ bỏ bạn cho dù tình hình có tồi tệ đến mức nào. Tôi tạm gọi đó là những “quý nhân” xuất hiện trong cuộc đời của chúng ta, giúp đỡ chúng ta trong cuộc đời.

Từ xưa đến nay, rất nhiều người anh hùng nổi tiếng vẫn cần đến những người cố vấn, như Lưu Bị có Gia Cát Lượng, Harry Potter có thầy Dumbledore hay thậm chí Katniss trong bộ truyện Đấu trường sinh tử (Hunger Games) cũng có Haymitch. Nếu không có những

người cổ vấn này, những nhân vật này có thể sẽ không hoàn thành được bất cứ việc gì vì họ đã bị mắc kẹt khi đang cố gắng tìm cách làm đúng. Đôi khi tất cả những gì bạn cần chỉ là sự thúc đẩy phù hợp theo một hướng cụ thể để hoàn thành nhiệm vụ của mình. Điều tương tự cũng áp dụng cho cuộc sống thực tại của chúng ta.

Mark Zuckerberg ghi nhận Steve Jobs là người cổ vấn của anh ấy và Bill Gates có Warren Buffet. Tất cả những tỷ phú thành đạt này đều có được trợ giúp từ những người khác để đạt được ước mơ của họ. Bất kỳ ai cũng sẽ cần lắng nghe lời khuyên từ một ai đó, cho dù họ có là người thông minh nhất trên thế giới. Có một số điều chúng ta tự mình khó có thể nhận ra được.

Người cổ vấn của bạn cần là người đã trải nghiệm và đã thành công. Anh ấy / cô ấy nên là một người mà bạn không ngại phải hỏi để được hướng dẫn. Nếu bạn muốn thành công, muốn đạt được ước mơ, hãy tìm những người đã thành công trước bạn. Với những người cổ vấn phù hợp, bạn sẽ có thể hoàn thành hầu hết mục tiêu của mình

Vậy làm sao để tìm được người cổ vấn phù hợp? Hãy quan sát những người xung quanh bạn, và để ý những người có ảnh hưởng tích cực đến bạn. Đôi khi sự chấp thuận của những người xung quanh bạn có ý nghĩa rất lớn với bạn, mà nếu thiếu nó, bạn sẽ khó có thể tiếp tục kế hoạch của mình.

Tìm kiếm người cổ vũ bạn

Bạn có bao giờ thất vọng khi hầu hết những trận bóng bầu dục, bóng đá,.. luôn cần đến những đội cổ vũ? Sự cổ vũ thực sự đem lại một sức mạnh tinh thần lớn lao, tiếp thêm ý chí và sức mạnh cho mọi người đạt đến mục tiêu. Tương tự, bạn cũng sẽ cần đến những sự ủng hộ, cổ vũ trong quá trình chiến đấu, cố gắng đạt được mục tiêu. Hãy cố gắng tìm những hệ thống hỗ trợ tốt nhất trước khi bắt tay vào hợp tác kinh doanh và cũng nhớ đánh giá cao những nỗ lực của họ.

Bạn cũng cần bao quanh mình với những người yêu đời và có một cái nhìn tích cực đối với mọi thứ xảy ra xung quanh chúng. Sẽ chẳng có ích gì khi bị mắc kẹt với

những người tiêu cực, luôn cố gắng hạ thấp bạn về mọi mặt. Tìm kiếm những người cho phép bạn nhìn xa hơn công việc, vì điều này đôi khi cung cấp cho bạn một góc nhìn mới khi bạn đang cảm thấy bế tắc.

Tìm kiếm người thách thức bạn

Một số người có ảnh hưởng nhất trong mạng lưới của bạn là những thứ thách thức bạn nhất. Họ thử thách bạn, đặt ra cho bạn những câu hỏi khó có câu trả lời. Nhưng nhờ họ, bạn có điều gì đó để suy ngẫm, để tư duy hàng giờ và cố gắng giải quyết vấn đề. Mặc dù đôi khi những loại người này có vẻ khó chịu với bạn, cuối cùng, bạn sẽ thấy rằng họ đã đưa bạn đến một trình độ cao hơn mà bạn sẽ không thể tự mình đạt được nếu không nhờ họ. Bạn sẽ biết ơn họ vì đã giúp bạn dám đặt những bước chân lên bậc thang cao hơn trong cuộc đời.

Dưới đây là ba mẹo giúp bạn có được những người thành công:

Thứ nhất, hãy xuất hiện ở những nơi người thành công hay lui tới: bạn nên tham dự những sự kiện, hội thảo, họp nhóm, nơi những người thành công đến để chia sẻ kinh nghiệm của họ, và cũng là nơi những người khao khát thành công như bạn thường lui tới. Bạn có thể tìm thấy không chỉ người cố vấn cho mình, mà có thể là cả những người cổ vũ hay thách thức bạn.

Thứ hai, hãy sống có giá trị và biết chia sẻ: đừng để mọi người thấy rằng bạn chỉ biết nhận mà không biết cho đi. Thay vì luôn đòi hỏi hay nhận sự giúp đỡ từ người khác, bạn cũng có thể giúp đỡ và hỗ trợ họ.

Cuối cùng, luôn trân trọng những người đã giúp đỡ bạn phát triển trong cuộc sống: một miếng khi đói bằng một gói khi no, khi bạn đang gặp vấn đề trong công việc hay khi bạn không khó khăn để tìm được hướng đi đúng đắn trong kinh doanh, những người ở lại với bạn, giúp đỡ bạn, chỉ dẫn bạn chính là những người đáng trân trọng và gìn giữ nhất.

Chương 8: Động lực của thành công

Điều gì thúc đẩy mục tiêu và ước mơ của bạn? Điều gì khiến bạn mong muốn đạt được các mục tiêu mình đã đề ra. Lý do với mỗi người đều sẽ khác nhau, tuy nhiên, chúng ta cũng có thể xếp loại chúng thành những nhóm mục tiêu cơ bản, bao gồm: tiền bạc, sự công nhận, sự độc lập, vv.

Bất kỳ ai cũng có động lực ẩn sau những hành động của họ. Động lực này có thể xuất phát từ chính mong muốn của chúng ta, hoặc có thể bị ảnh hưởng từ mong muốn của những người khác. Cách chúng ta sử dụng những động lực này theo hướng tiêu cực hay tích cực sẽ ảnh hưởng đến con đường chúng ta chọn trong cuộc sống.

Ngay từ khi chúng ta còn là những đứa trẻ sơ sinh, chúng ta đã luôn được thúc đẩy bởi nhu cầu. Khi chưa biết nói, trẻ con sẽ khóc bất cứ khi nào chúng đói, ướt, đau đớn, sợ hãi, mệt mỏi hay khó chịu. Người lớn được lập trình để phản hồi lại tiếng khóc của những đứa trẻ và chăm sóc mọi nhu cầu của chúng bất kể họ có đang căng thẳng đến mức nào/

Động lực được chấp nhận/được thuộc về

Con người vốn là những động vật cấp cao sống bầy đàn. Hành vi bản năng của chúng ta là luôn luôn tìm kiếm một cộng đồng chung nơi mình thuộc về, ngay cả khi chúng ta không nhận thức được điều này. Đôi khi hành vi của chúng ta được mô phỏng theo những người trong nhà hoặc những người ở xung quanh ta, để chúng ta không cảm thấy bị khác biệt và được chấp nhận trong cộng đồng. Chúng ta cảm thấy mình cần phải đạt được điều này để người khác có thể tự hào về thành tích của chúng ta. Trong sâu thẳm, tất cả chúng ta đều đang tìm kiếm sự chấp thuận từ những người khác theo cách này hay cách khác. Bạn có thể là người tự tin nhất, là một người đàn ông hay phụ nữ độc lập trên thế giới nhưng vẫn luôn cần đến sự chấp nhận của gia đình và bạn bè.

Tham vọng

Tham vọng có thể quan sát được thông qua cuộc đời của chúng ta, cách chúng ta lựa chọn những kỹ năng để phát triển, cách chúng ta đưa ra những lựa chọn trong cuộc sống. Nếu như kết quả đạt được tích cực như kỳ vọng, chúng ta sẽ có xu hướng đi tiếp con đường mà mình đã chọn. Ngược lại, nếu như kết quả trở nên tiêu cực, chúng ta sẽ có xu hướng

trở nên chán nản và đánh mất ý chí, động lực. Do đó, chúng ta không thể chỉ hoạt động dựa trên 1 động lực duy nhất. Bạn cần phải đạt được sự cân bằng giữa những mong muốn khác nhau để thúc đẩy tham vọng thành công hoạt động hiệu quả.

Nỗi sợ hãi đóng vai trò như một động lực tuyệt vời

Trong một số trường hợp, nỗi sợ thất bại thúc đẩy chúng ta làm việc chăm chỉ hơn để đạt được ước mơ, để đảm bảo nỗi sợ không bao giờ trở thành thật. Đôi khi nỗi sợ khiến chúng ta chùn bước và không dám thử, nhưng đồng thời, chúng cũng thúc đẩy chúng ta làm việc chăm chỉ hơn để đạt được thành công.

Nỗi sợ độ cao của một số người khiến họ không thể tiếp tục những lời mời làm việc tuyệt vời đơn giản chỉ vì văn phòng tình cờ nằm trên tầng cao nhất của một tòa nhà chọc trời. Nhiều sinh viên chọn các trường đại học gần nhà hơn vì họ chưa sẵn sàng bước ra khỏi vùng an toàn của họ. Nỗi sợ bị phê bình, khiển trách khiến chúng ta luôn đi theo lối mòn chỉ bởi chúng ta không muốn đối mặt với hậu quả của việc đi ngược lại những gì đang có. Những người duy nhất không bị chi phối bởi nỗi sợ là những người tin rằng họ sẽ chẳng bao giờ bị phát hiện, hoặc không quan tâm đến hậu quả.

Động lực cho sự độc lập

Khi chúng ta lớn lên, nhu cầu tự lập cũng trở nên mạnh mẽ hơn. Chúng tôi không còn cảm thấy cần phải phụ thuộc vào người khác để thỏa mãn nhu cầu bản thân. Chúng ta muốn tự mình làm vì có cảm giác hài lòng, cảm giác tự đưa ra quyết định và chịu trách nhiệm.

Động lực tự do cho phép chúng ta có được những công việc đầu tiên và tìm cách để đạt được tất cả các mục tiêu của chúng ta. Chúng ta tiếp tục cố gắng hơn nữa chỉ để xem chúng ta có thể tự mình hoàn thành được bao nhiêu. Trong số tất cả những động lực thúc đẩy chúng ta hoàn thành mục tiêu trong cuộc sống, sự độc lập là điều tuyệt vời nhất. Không có điều gì tuyệt vời hơn khi bạn nhận ra rằng bạn không cần sự giúp đỡ của người khác để có được những gì mình muốn. Bạn có thể mua được bất cứ thứ gì bạn cần bởi vì bạn tự chủ.

Nhưng ngay cả khi bạn thực hiện tính độc lập của mình, hãy luôn nhớ rằng mọi hành động đều thể hiện tính cách con người bạn, vì vậy hãy đảm bảo rằng bạn cân nhắc các quyết định của mình một cách cẩn thận.

Tiền và Danh vọng là Động lực Cuối cùng

Chúng ta cần tiền để lo cho những nhu cầu cơ bản như - ăn, mặc, ở và di chuyển. Trong khi một số người chỉ cần ăn no mặc ấm, số khác lại muốn được ăn ngon, mặc đẹp.

Vấn đề với việc sử dụng tiền bạc làm động lực để đạt được giấc mơ là nó có thể khiến chúng ta đưa ra những quyết định sai lầm.

Tương tự như tiền bạc, sự nổi tiếng cũng ảnh hưởng đến quyết định và hành vi của mỗi chúng ta. Nếu chúng ta tránh đưa ra quá nhiều quyết định chỉ bởi chúng ta sợ nhìn thấy kết quả không như mong muốn, chúng ta cuối cùng sẽ bỏ lỡ quá nhiều điều trong cuộc sống.

Giống như cách chúng ta lựa chọn động lực để thực hiện ước mơ, chúng ta cũng cần nhận ra rằng bất cứ điều gì chúng ta làm, chúng ta đều cần phải có thể sống với hậu quả mà chúng gây ra, bất kể tốt hay xấu.

Vậy là chúng ta đã hoàn thành cuốn sách này với những giá trị mang tính kích hoạt để đánh thức sức mạnh của não bộ. Những nội dung này sẽ là định hướng quan trọng, hành trang không thể thiếu để bạn định hình một hệ tư tưởng vững chắc, một tư duy tuyệt vời để trở thành nhà lãnh đạo xuất sắc từ việc khai thông, làm chủ năng lượng tâm trí, phá bỏ những lối mòn trong tư duy, huấn luyện những tố chất cần thiết cho não bộ đến xây dựng thói quen, lối suy nghĩ tích cực, tư duy đúng về tiền và kiến tạo hình ảnh trong kinh doanh cũng như tìm kiếm sự hỗ trợ, động lực để vươn đến sự thành công viên mãn. Mong bạn sẽ luôn phát huy triệt để sức mạnh bên trong của chính mình để trở thành những lãnh đạo xuất chúng, không ngừng truyền cảm hứng và đam mê đến mọi người để họ luôn nỗ lực để trở nên tốt đẹp hơn.