

Mặc dù cách dùng từ khác nhau, nhưng hầu hết các triết lý của cuộc sống đều đề cập công khai hoặc ẩn dụ bốn mặt trên. Nhà triết học Herb Shepherd mô tả một cuộc sống cân bằng lành mạnh gồm bốn giá trị: viễn cảnh (tinh thần), tự chủ (trí tuệ), liên kết (xã hội) và bền vững (thể chất). Một lý thuyết khác về động cơ cho rằng một tổ chức đúng đắn bao gồm bốn mặt (hay bốn động cơ): kinh tế (thể chất), cách cư xử với con người (xã hội), cách phát triển, sử dụng con người (trí tuệ) và sự đóng góp của tổ chức (tinh thần).

*Rèn giữa bản thân* về cơ bản phải thể hiện được cả bốn động cơ này, có nghĩa là rèn luyện cả bốn mặt của con người một cách thường xuyên, nhất quán và hợp lý.

Để làm được điều này, chúng ta phải là người luôn chủ động. Dành thời gian để *rèn giữa bản thân* là hoạt động thuộc Phần tư thứ hai, mang tính chủ động, trái ngược với hoạt động thuộc Phần tư thứ nhất, do tính chất khẩn cấp của nó nên chúng ta bị động và luôn phải chịu sức ép từ nó.

Cần phải thúc đẩy PC cá nhân cho đến khi nó trở thành bản chất thứ hai, một thói quen lành mạnh. Vì nó nằm ở giữa *Vòng tròn Ánh hưởng* của chúng ta, nên chỉ có chúng ta, chứ không phải ai khác, mới có thể điều khiển được.

Đây là đầu tư lớn nhất chúng ta có thể thực hiện trong đời – đầu tư vào chính mình, đầu tư vào công cụ duy nhất chúng ta có được để đương đầu với cuộc sống và cống hiến cho cuộc sống. Chúng ta là công cụ để thực hiện mục đích của mình, và để thành đạt, chúng ta cần nhận thức được tầm quan trọng của việc thường xuyên *rèn giữa bản thân* ở cả bốn mặt sau đây.