

TỔNG QUAN VỀ “7 THÓI QUEN”

*“Mỗi người thể hiện mình
qua những việc thường làm.*

*Thế nên, sự xuất sắc của
một con người không phải là
ở hành động, mà là thói quen.”*

- Aristotle

Về cơ bản, tính cách của chúng ta là một bộ phận của thói quen. Ngạn ngữ có câu: “Gieo suy nghĩ, gặt hành động; gieo hành động, gặt thói quen; gieo thói quen, gặt tính cách; gieo tính cách, gặt số phận”.

Có thể nói, thói quen là khuôn mẫu nhất quán, đôi khi vô thức, thể hiện tính cách của chúng ta một cách thường xuyên, hàng ngày và quyết định tính hiệu quả hay không hiệu quả trong mọi hoạt động, tạo nên sức mạnh bên trong của chúng ta. Horace Mann, một nhà sư phạm vĩ đại từng nói: “Thói quen cũng giống như dây thừng. Hàng ngày chúng ta bện từng sợi nhỏ và bện càng nhiều thì sợi dây thừng càng khó đứt”. Bản thân tôi không đồng ý với phần cuối của câu nói này. Tôi cho rằng nó có thể bị đứt, cũng như thói quen là thứ có thể học và cũng có thể từ bỏ, nhưng việc đó đòi hỏi phải có một quá trình và một quyết tâm cao.