

của bạn xuống mức thấp nhất – đến nỗi không còn ai, không còn điều gì có thể làm bạn thất vọng nữa. Tuy nhiên, theo nguyên tắc tích cực chống lại giải pháp trên, bạn cần phải khẳng định rằng: “Tôi chính là động lực sáng tạo của cuộc đời mình”.

### MẤT CÂN BẰNG TRONG CUỘC SỐNG

Cuộc sống thời công nghệ thông tin đang ngày càng phức tạp, căng thẳng và khắc nghiệt. Chúng ta luôn cố gắng tận dụng tốt quỹ thời gian của mình, nỗ lực làm việc và đương nhiên cũng gặt hái nhiều thành công nhờ vào những thành tựu công nghệ hiện đại. Thế thì tại sao chúng ta lại luôn luôn thấy mình rối mù vì những chuyện lặt vặt về sức khỏe, cuộc sống gia đình, phẩm chất đạo đức, và nhiều điều khác làm ảnh hưởng đến cuộc sống? Sự thật, nguyên nhân không phải do công việc – vốn là động lực để duy trì cuộc sống, hay do sự biến động phức tạp của xã hội hiện tại, mà do lối suy nghĩ phổ biến trong nền văn hóa hiện đại như: “Hãy đến công sở sớm hơn, ở lại lâu hơn, làm việc tốt hơn và hy sinh nhiều hơn”. Chính lối suy nghĩ này đã lấy đi sự cân bằng trong cuộc sống và sự thanh thản trong mỗi tâm hồn. Chỉ những ai có một ý thức rõ ràng về khát vọng và quyết tâm theo đuổi nó bằng tất cả sức lực, tâm huyết mới có thể tự tạo ra cho mình một cuộc sống cân bằng, thanh thản.

### TÍNH VỊ KỶ

Trong nền văn hóa chúng ta, nếu muốn đạt được một điều gì đó thì bạn phải “đi tìm và đạt cho bằng được điều tốt nhất”. Và cũng theo nền văn hóa ấy, cuộc sống là một trò chơi, một cuộc chạy đua, một cuộc cạnh tranh, và bạn